

	形状	信号	ポイント	標識	現在地からの進行先		現在地までの		備考	PC間
					方角	道路	区間	合計		
1			福井中央公園南		東へ	市道	0.0		8:00スタート	
2	+			X	右折	市道	0.3	0.3	福井フェニックスホテル前を通る	
3	+	S		X	右折	市道	0.3	0.6	正面にローソンあり	
4	+	S	豊島		左折	K5	0.6	1.2		
5	+	S	勝見		右折	K242	0.7	1.9		
6	ト	S			右折	K25	3.8	5.7	青看板 越前市へ	
7	T	S			左折	K25	0.2	5.9	青看板 越前市へ	
8	T				左折	K25	0.4	6.3	青看板 越前市へ	
9	ト	S			右折	K25	0.4	6.7	青看板 越前市へ	
10	+	S			右折すぐ左折	K25→K2	8.7	15.4	青看板 越前市へ	
11	ト	S	新在家		右折	K2	4.2	19.6	青看板 越前市街へ	
12	+	S			左折	K198	0.8	20.4	青看板武生ICへ セブンイレブンあり	
13	+			X	左折	K198	1.7	22.1		
14	T			X	右折	K201	1.1	23.2	25. 8kmポイント左に猫寺あり	
15	+	S	庄田		左折	R8	4.0	27.2	交通量多い 注意	
16	+	S	向新保		左折	K136→K202	2.1	29.3		
17	+			X	右折すぐ左折	K202	2.4	31.7		
18	+			X	左折	K202	4.0	35.7		
19	+				右折	市道	0.2	35.9	看板南条SAへ	
20	+			X	左折すぐ右折	市道	0.3	36.2		
21	ト			X	右折	市道	5.1	41.3		
22	T			X	左折	R365→R476→K210	0.4	41.7		
23	+	S			左折	市道	24.3	66.0	青看板敦賀駅へ	
24	+	S	PC1 ファミリーマート敦賀駅前店		右側	市道	0.9	66.9	OPEN/ 05/03 09:58 ~ 12:28 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	66.9
25	+			X	右折	市道	0.2	67.1		
26	+	S	鉄輪町		左折	R8	0.2	67.3		
27	ト	S	小河第2		右折	R8	3.8	71.1	88. 5km 藤ヶ崎トンネル歩道走行推奨	
28	Y			X	左方向	K514	18.8	89.9		
29	T			X	右折	K514	2.8	92.7		
30	T	S	大音		左折	R8→R303	0.0	92.7		
31	T			X	右折	R303	1.9	94.6	右折後すぐにあのつるやパンあり 折角だから買っていけ!	
32	T			X	左折	R303→市道	0.4	95.0		
33	Y			X	右方向	市道	0.4	95.4		
34	T			X	左折	R303	0.7	96.1		
35	+	S		X	左折	K285	1.5	97.6	トンネル回避	
36	T			X	左折	R303	1.2	98.8		
37	T				右折	R303	31.0	129.8	青看板岐阜へ	
38	I		久瀬トンネル		直進	R303	7.9	137.7	歩道走行推奨 トンネル内センターポールがあり走行しづらい	
39	+	S	乙原		左折	K40	2.8	140.5		
40	T				右折	K40	3.0	143.5	青看板谷汲山へ	
41	T	S	木知原		左折	R157	9.6	153.1	左折後ファミマあり	
42	+	S		X	左折	市道	0.5	153.6	右に木知原駅あり	
43	T			X	右折	K79	4.1	157.7		
44	+			X	左折	市道	2.1	159.8		
45	+			X	右側	市道	0.7	160.5		
46	T			X	左折	K79→R256→市道	0.6	161.1		
47	+	S	南		左折	K79→K281→K60→市道	9.3	170.4	左にディリーヤマザキあり	
48	T			X	左折	K58	16.5	186.9		
49	I		PC2 ファミリーマート武巖下之保店		左側	K58	7.1	194.0	OPEN/ 05/03 13:42 ~ 20:56 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	127.1
50	Y	S	若栗		左方向	K63	5.4	199.4		
51	T				左折	K86	27.8	227.2	青看板郡上へ	
52	ト				右折	K86→K431	2.5	229.7	青看板馬瀬へ	
53	ト				右折	市道	22.8	252.5	青看板下呂へ	
54	T				右折	R257	2.1	254.6	青看板国道41号へ	
55	Y				左方向	市道	3.5	258.1	青看板小坂へ バイパスを降りる感じで	
56	T				右折	市道→K88	0.2	258.3	青看板国道41号へ	
57	+			X	右折	K98	4.2	262.5	浅水大橋を渡る	
58	+	S	上呂		左折	R41	0.2	262.7	この先すぐにコンビニあり	
59	Y			X	左方向	市道	7.0	269.7	ローソンすぐ横の側道へ 1. 3km先でK88合流	
60	T	S	小坂町		左折	K88	1.4	271.1		
61	T		小坂温泉郷北口		左折	R41	1.4	272.5		
62	ト			X	右折	市道	1.9	274.4	直進通行禁止区間 旧道へ	

63	T			X	右折	R41	2.8	277.2		
64	Y				左方向	市道	8.0	285.2	青看板高根へ	
65	T	S	久々野		左折	市道	1.1	286.3		
66	逆Y			X	直進	R41	0.6	286.9	R41に合流	
67	ト			X	右折	市道	1.7	288.6	直進通行禁止区間 旧道宮峠へ	
68	十	S	一之宮		右折	R41	4.1	292.7	この先交通量多い	
69	Y	S	石浦町北		右方向	K460→R158	4.7	297.4	右方向入りにくい 気を付けること	
70	I		PC3 セブンイレブン高山名田町4丁目店		右側	R158	2.4	299.8	OPEN/ 05/03 17:00 ~ 05/04 04:00 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	105.8
71	十	S	高山郵便局前		右折	K462	0.0	299.8		
72	十			X	右折	市道	0.8	300.6	左にひだしの看板あり	
73	逆Y			X	直進	K462	1.1	301.7		
74	十	S	江名子町		左折す ぐ右折	市道	1.2	302.9	デイリーヤマザキあり	
75	T				右折	R361	1.1	304.0	白看板高根へ	
76	十				左折	R361	5.9	309.9	青看板木曾へ	
77	十	S	甲		右折	R361	3.1	313.0	160kmポイント道の駅飛騨たかね工房あり	
78	I		九蔵峠展望台		直進	R361	41.1	354.1	休憩ポイント 御嶽山を眺める	
79	I		新地蔵トンネル		直進	R361	9.5	363.6	濡れた縦溝、入口センターポールあり 注意	
80	T	S	木曾大橋		左折	R19	13.8	377.4	ここから交通量多い	
81	┘				左折	旧中山道	0.8	378.2	デイリーヤマザキ過ぎてすぐ	
82	十	S	上田口		左折	旧中山道→R19	0.9	379.1		
83	十	S	栗本		左折	R19	0.9	380.0		
84	┘			X	左折	K267	0.3	380.3		
85	十	S	巴淵		左折	R19	5.3	385.6		
86	ト	S	神谷入口		右側	R361	0.6	386.2	セブンイレブンあり	
87	十	S	予地		左折	K203	14.9	401.1	青看板K203へ 気持ちいい下りなので見落とし注意	
88	十			X	左折	市道	2.6	403.7		
89	T			X	右折	市道→K203	1.7	405.4		
90	T			X	左折	K203→市道	9.5	414.9		
91	T		羽場駅	X	左折	市道	1.1	416.0		
92	T			X	右折	K203	0.2	416.2	踏切を渡る	
93	T				左折	K19	2.5	418.7		
94	十	S	平出		右折	K50	1.6	420.3		
95	十	S	豊田小学校西		左折	K16	11.5	431.8		
96	十	S	豊田小学校北		右折	市道	0.3	432.1		
97	T	S	洪崎		左折	K487	1.9	434.0		
98	T	S	上川大橋		右折	K50→市道	0.3	434.3		
99	I		PC4 セブンイレブン諏訪湖畔店		右側	市道	1.5	435.8	OPEN/ 05/03 21:20 ~ 05/04 13:04 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	136.0
100	ト	S	高浜		右折	市道	2.9	438.7		
101	T	S	高浜		左折す ぐ側道	R20→市道	0.0	438.7		
102	十			X	右折	市道	0.7	439.4		
103	十			X	左折	市道	0.3	439.7		
104	十				左折	R142→R20	0.5	440.2	右に諏訪大社あり 観光どうぞ	
105	ト	S	出早口		右折す ぐ左折	市道	2.8	443.0		
106	T			X	左折す ぐ右折	R20	2.5	445.5	出口交通量多いため注意すること	
107	十	S	棧敷		右折	K63	11.4	456.9		
108	┘	S	宮村		左折	K288	2.2	459.1		
109	T			X	右折	K288	6.1	465.2	右にデリシアあり	
110	逆Y	S	寿橋西		直進	K289	1.9	467.1		
111	十	S	柳橋		左折	K295→市道	1.6	468.7	この先渋滞ひどい	
112	T	S	松本城		左折	市道	2.2	470.9	正面松本城公園あり 観光どうぞ	
113	十	S	大手1丁目		左折	K295	0.4	471.3		
114	Y				左方向	K295	0.0	471.3	青看板長野へ	
115	十	S	新橋		右折	R19	1.9	473.2	この交差点渋滞ひどい	
116	十	S	平瀬口		左折	R147	2.1	475.3		
117	十	S	あすみ野産業団地		右折	市道	1.2	476.5		
118	十			X	右折	市道	3.1	479.6		
119	T			X	左折	市道	0.1	479.7		
120	逆Y			X	直進	市道	0.4	480.1		
121	十	S	防災広場		右折	市道	1.9	482.0	この先No.130まで交通量少なめの道(少々複雑)	
122	ラウンドアバウト			X	9時方向	市道	1.7	483.7		
123	Y			X	右方向	市道	0.2	483.9		
124	十			X	左折	K310	0.8	484.7		
125	十	S		X	右折	K309	0.8	485.5		
126	十	S		X	左折	K308	1.9	487.4		
127	十	S	穂高駅前		右折	K308	0.3	487.7		
128	十	S		X	左折	K308	0.2	487.9		

129	+	S	穂高東中学校南		右折	市道	0.2	488.1		
130	T			X	右折	市道	5.2	493.3	スケッチロードに出る	
131	T			X	左折	市道	3.7	497.0		
132	+	S	すずむし荘前		右折	K306	0.1	497.1		
133	+	S	PC5 ファミリーマート大町大原店		左側	市道	13.7	510.8	OPEN/ 05/03 23:50 ~ 05/04 18:04 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	75.0
134	逆Y			X	直進	R148	3.5	514.3		
135	ト	S	稲生駅前		右折	K393	0.3	514.6		
136	+				左折	K31	3.4	518.0		
137	ト	S	青具		右折	K31	5.7	523.7	この先緩やかな下り	
138	ト				右折	K31	10.9	534.6	青看板中条へ 見落とし注意	
139	+	S	笹平トンネル東		右折	R19	10.1	544.7	この先交通量多い	
140	ト	S	小松原トンネル西		左折	R19	4.0	548.7	青看板長野市街へ	
141	ト	S	差出		左折	市道	5.6	554.3		
142	+	S	かるかや山前		左折	市道	1.4	555.7		
143	+	S	善光寺		直進	市道	1.2	556.9	ここから押し歩き推奨	
144	T		通過チェック 善光寺		正面	市道	0.3	557.2	善光寺に来たとわかるよう自転車を撮影すること チェック後右折	
145	+			X	左折	市道	0.0	557.2		
146	+	S	長野市城山		左折	市道→K37	0.3	557.5		
147	五差路	S	上山		10時方 向	K37	1.4	558.9		
148	+	S	湯谷小学校西		右折	市道	0.6	559.5		
149	+	S	稲田1.2丁目		左折	K60	1.9	561.4		
150	ト			X	右折	K399	0.3	561.7		
151	+	S	西三才		右折	K399	2.0	563.7		
152	T	S	三才		左折	K399→市道	0.3	564.0		
153	+	S		X	右折	K66	4.6	568.6		
154	+		小布施橋		直進	K66	1.1	569.7	小布施橋 歩道通行推奨	
155	+	S	中町南		左折	R403	2.6	572.3		
156	+	S	中町		右折	市道	0.1	572.4		
157	+	S	中松中央		直進	K358	0.9	573.3	右にファミマ	
158	I		PC6 ローソン中野西条店		直進	K358	6.4	579.7	OPEN/ 05/04 02:08 ~ 05/04 22:40 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	67.0
159	+			X	左折	K355	3.5	583.2	正面お寺さん	
160	+	S		X	右折	市道	0.6	583.8	右にJASS この先夜景が綺麗かも？	
161	T			X	左折	市道	6.2	590.0		
162	T			X	右折	K414	0.5	590.5		
163	ト	S	綱切橋東		左折	K38→市道	2.8	593.3	JR飯山駅を通過する	
164	T	S		X	左折	R292	3.6	596.9		
165	+	S	姫川原		右折	R292→K579→K123	21.9	618.8	右にセブンあり	
166	+	S	PC7 セブンイレブン上越五智1丁目店		左側	K579	19.0	637.8	OPEN/ 05/04 04:09 ~ 05/05 03:20 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進	58.1
167	+	S	西本町三		左折	K468	0.2	638.0		
168	T	S	郷津		右折	R8	3.3	641.3	この先R8 交通量多い くびき自転車道を通行しても良い	
169	ト	S	押上東		左折	K222	35.1	676.4	R8からそれる	
170	T	S	大町2丁目		左折	K222	2.1	678.5		
171	ト	S	大町		右折	K222	0.1	678.6		
172	+	S	寺島		左折	R8	1.2	679.8	この先親不知区間	
173	ト			X	右折	市道	15.5	695.3	天険トンネル回避	
174	I		通過チェック 親不知コミュニティロード展望台		右側	遊歩道	0.2	695.5	親不知コミュニティ展望台に来たと分かるよう自転車を撮影する事 チェック後直進	
175	T			X	右折	R8	0.9	696.4	横断注意	
176	ト				右折	K374	5.3	701.7	青看板 境へ	
177	T	S	境		右折	R8	1.7	703.4		
178	ト	S			右折	K60	1.6	705.0	押しボタン信号 R8からそれる すぐに踏切を渡る	
179	ト			X	左折	市道→K13	3.8	708.8		
180	T				左折	K14	11.6	720.4	青看板宇奈月へ	
181	I		通過チェック 黒部峡谷鉄道 宇奈月駅		左側	K14	6.4	726.8	黒部峡谷鉄道宇奈月駅に来たと分かるよう自転車を撮影する事 チェック後折り返し	
182	Y	S	下立		左直進	市道→K14	6.8	733.6		
183	+	S	大町		左折	K314	9.6	743.2		
184	+	S	新牧野(南)		右折	K314	0.6	743.8		
185	逆Y			X	右方向	K125	2.2	746.0		
186	+	S	石田		左折	K2	0.1	746.1		
187	+	S	寿町		右折	市道	1.1	747.2	右にファミマあり	
188	+				左折	市道→K2	0.3	747.5	白看板 魚津水族館へ しんきろろロード	
189	+				右折	市道	4.6	752.1	青看板 滑川へ しんきろろロード	
190	T	S	三ヶ(北)		右折	K1	2.2	754.3		
191	+	S	岩瀬浜駅前		左折	K1	16.4	770.7		

192	逆Y	S	岩瀬西宮		直進	K1→K30	1.6	772.3		
193	+	S	千原崎		右折	R415	0.4	772.7		
194	+	S	四方荒屋		右折	R415	2.4	775.1		
195	+	S	四方		左折	R415	1.0	776.1		
196	+	S	堀岡古明神		直進	K232	5.9	782.0		
197	┘				左折	市道	1.5	783.5	堀越渡船一の看板あり	
198	I		堀岡発着場		渡船	海上	0.2	783.7	渡船を使いたくない場合や営業終了時はプロムナードを使ったり迂回して進む しっかり予習してください	
199	I		越の湯発着場		渡船	市道	0.5	784.2		
200	T			X	右折	市道		784.3	踏切を渡る そのまま直進し新湊大橋エレベーター乗り場方面にさらに左方向に進む(予習しっかり)	
201	T			X	左折	市道	0.8	785.0	正面に海王丸パークあり 500m先新湊きつとさと市場あり 海鮮!!	
202	+	S	庄川本町		右折	R415→市道	3.8	788.8	新庄川橋を渡る	
203	+			X	左折	市道	2.1	790.9		
204	┘				左折	K24	1.3	792.2	青看板 伏木市街へ	
205	+	S	国分		右折	R415	1.8	794.0		
206	Y	S	柳田		直進	R415→K373	6.5	800.5		
207	T			X	右折	R160	6.5	807.0	青看板穴水へ 右にDYあり	
208	T	S	大田		左折	R160	26.2	833.2	この先860kmあたりまで段差注意	
209	┘	S	矢田新町		右折すぐ左折	市道	2.7	835.9	600m先に能登食彩市場あり 海鮮!!	
210	逆Y	S	津向町		直進	K1	2.5	838.4		
211	I	S	通過チェック 和倉温泉駅		左側	K1	3.2	841.6	JR和倉温泉駅に來たと分かる物と自転車を撮影すること チェック後直進	
212	五差路	S	和倉温泉西		右直進	市道	0.4	842.0	青看板 細い道の方向へ	
213	┘			X	左折	市道	0.9	842.9		
214	┘			X	左折	市道	3.9	846.8		
215	T			X	右折	R249	0.0	846.8	踏切わたって右折	
216	┘	S	大津		左折	K1	1.3	848.1		
217	┘	S	土田小前		左折	K1→R249	3.5	851.6	左にファミマあり	
218	+	S	高松庁舎前		左折	K227	36.8	888.4	右にファミマあり	
219	+	S	高松病院口		右折	K59→市道	0.8	889.2		
220	T	S	中条小学校前		左折	K216	13.0	902.2		
221	+	S	津端駅前		右折	K59	0.2	902.4		
222	T	S	太田南		右折	K215	0.7	903.1		
223	Y				左直進	K215	2.9	906.0	青看板金沢市街へ	
224	+	S	梅田インター口		右折	K215	1.0	907.0		
225	+	S	鳴和		右折	K159	5.2	912.2		
226	┘	S	通過チェック JR金沢駅 鼓門		右側	K13	2.3	914.5	JR金沢駅の鼓門と自転車を撮影すること チェック後左折	
227	+	S	武蔵		右折	R249→K22	0.8	915.3	正面近江町市場	
228	+	S	上有松		右折	市道	4.0	919.3		
229	+	S	菅屋北		右折	K45	6.1	925.4	右にファミマあり	
230	+	S	小柳町北		左折	K45	2.0	927.4		
231	+	S	月橋		右折	K103	2.0	929.4		
232	T	S	西鶴		左折	K105	0.5	929.9		
233	+	S	天狗橋		右折	K45→K4	0.5	930.4	天狗橋を渡る	
234	+	S	宮竹		左折	K55	2.6	933.0		
235	T			X	左折	市道	11.8	944.8		
236	+			X	右折	市道→K165	0.6	945.4		
237	T	S	金野町		右折	R416	5.2	950.6		
238	┘			X	左折	市道	0.9	951.5		
239	+	S	粟津温泉北		左折	K11	5.1	956.6	右にローソンあり	
240	+	S	別所口		左折	K11	10.6	967.2		
241	五差路	S	塚谷西		10時方向	市道	3.1	970.3		
242	+			X	右折	市道	1.1	971.4		
243	+	S	山中温泉本町		左折	K39	0.1	971.5		
244	I		山中温泉からくり時計&足湯		右側	K39→R364	0.4	971.9	足湯寄り道しては?	
245	Y				右方向	R364→K112	4.9	976.8	青看板永平寺へ	
246	Y			X	左方向	CR	14.8	991.6	川沿いのCRIに入る 歩行者に注意	
247	+			X	左折	歩道→K110	1.9	993.5	自転車通行禁止の橋 歩道を通行すること	
248	+	S	春日		右折	R416→市道→K128	0.9	994.4		
249	Y	S	志比口		右方向	K128	6.3	1000.7		
250	+	S		X	左折	市道	0.1	1000.8		
251	+	S	FINISH ローソン日之出二丁目店		右折	市道	1.2	1002.0	OPEN/ 05/04 17:05 ~ 05/06 11:00 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 右折	364.2
252			FINISH受付 福井フェニックスホテル2F 会議室		左側		0.3	1002.3	OPEN/ 05/06 05:00 ~ 05/06 11:00 ・ゴールのタイム、総走行時間を自分で記入。 ・メダルの購入か否かを記入(メダル代1000円) ・完走の署名 カード提出お願いします。	