

No.	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			金沢駅				0.0	0.0	05:00スタート	
2	+	S	堀川町		左折	K200→市道	0.1	0.1		
3	ト				右方向	市道	6.6	6.7	踏切を渡る	
4	+	S	アカシア		右折	市道→K162→K227	0.3	7.0		
5	T	S	ニツ屋		左折	R159→R249	20.2	27.2		
6	+		PC1 ファミリーマート志賀高浜店 (イートインあり)		左側	R249	26.4	53.6	OPEN/ 06:35 ~ 08:42 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	53.6
7	+	S	土田小前		右折	K3	8.2	61.8	右にファミマあり	
8	T	S	大津		左折	R249	3.5	65.3		
9	+	S	金毘羅		右折	R249	21.7	87.0	手前にファミマ2店舗あり	
10	+	S	藤波		直進	市道	29.2	116.2	宇出津の町に突入 114.5kmポイント能登バンあり	
11	+	S	宇出津新町		右折	市道	1.1	117.3	左折300mでファミマあり	
12	T			X	左折	市道	0.2	117.5		
13	+			X	左折	市道	0.3	117.8		
14	逆Y			X	直進	K35	0.1	117.9		
15	T	S	縄文真脇		右折	K35	5.9	123.8		
16	+	S	小木高瀬口		左折	市道	1.0	124.8		
17	T			X	左折	K35	1.0	125.8		
18	I		PC2 イカの駅つくモール		右側	K35	0.7	126.5	OPEN/ 08:44 ~ 13:28 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 (イカと遊べ!)	72.9
19	+	S	総合運動公園前		左折	K35	7.7	134.2		
20	Y				右方向	市道	1.1	135.3		
21	T	S	内浦庁舎前		左折	市道	0.3	135.6		
22	ト			X	右折すぐ左折	市道	0.5	136.1	138km過ぎてから未舗装部分数か所あり 気を付けて	
23	+	S	見附島口		右折	市道	5.3	141.4		
24	I		フォトコントロール 見附島		右側	市道	0.3	141.7	見附島にきたと分かる物と自転車を撮影すること チェック後折り返し	
25	+	S	見附島口		左折	市道	0.4	142.1		
26	ト			X	右折すぐ左折	市道	5.2	147.3		
27	ト	S	内浦庁舎前		右折	市道	0.5	147.8		
28	T			X	左折	K35	0.3	148.1		
29	+	S	総合運動公園前		右折	K35	1.1	149.2		
30	Y			X	左方向	K35	3.3	152.5		
31	ト				右折	市道	5.1	157.6	青看板 穴水へ	
32	+	S	小木高瀬口		右折	K35	1.1	158.7	トンネルあり	
33	I			X	直進	K35	0.5	159.2	道なり直進	
34	+	S	縄文真脇		左折	K35	0.3	159.5		
35	+			X	左折すぐ右折	市道	6.0	165.5	左折後100mで右折	
36	ト			X	右折	市道	0.1	165.6	町中に向かう	
37	+	S	宇出津新町		左折	市道→R249	0.5	166.1	直進300mでファミマあり	
38	+	S	鶴川駅前		左折	K34	9.4	175.5		
39	T			X	右折すぐ左折	K34	5.4	180.9	右折後100mで左折	
40	I		通過チェック 鹿波看板		右側	K34	9.5	190.4	鹿波看板と自分の自転車を撮影する事 (見落とし注意) チェック後直進	
41	T			X	左折	R249	9.0	199.4		
42	+	S	金毘羅		左折	R249	6.1	205.5	穴水市街へ コンビニ数件あり ゴミ回収不可の店舗あり	
43	+	S	塩津		左折	K253→市道	20.3	225.8	変則交差点 踏切を渡る	
44	T			X	右折	市道	6.1	231.9		
45	五差路	S	和倉温泉西		直進	K1	0.8	232.7		
46	Y	S	津向町		左方向	市道	3.7	236.4		
47	ト			X	右折	市道	2.4	238.8		
48	T	S	矢田新町		左折	R160	0.1	238.9		
49	I		PC3 セブンイレブン七尾大田店		右側	R160	2.3	241.2	OPEN/ 12:10 ~ 21:04 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	114.7
50	ト	S	大田		右折	R160	0.3	241.5	海沿いには帝国ホテル多数あり	
51	+			X	左折	K373	26.2	267.7	ディリーヤマザキ過ぎてすぐ	
52	+	S	間島(北)		左折	市道→K302	2.0	269.7	1kmほどで道の駅氷見あり	
53	+	S	南大町		左折	市道	2.3	272.0		
54	ト			X	右折	市道	2.8	274.8	高架橋あり	

55	+	S	上泉東		左折	市道→k373→市道	1.6	276.4		
56	+	S	東海老坂		左折	R160	3.6	280.0	交通量多い 注意	
57	+	S	西海老坂		左折	K32	1.7	281.7		
58	+	S	守護町		左側	K57	1.3	283.0		
59	T	S	中曽根神社(南)		左折	K11	5.7	288.7		
60	+	S	中曽根神社(北)		右折	市道	0.1	288.8		
61	+			X	右折	R415	1.5	290.3		
62	+	S	新港の森(西)		左折	R415	0.4	290.7		
63	T	S	摺出寺		右折	市道	4.1	294.8		
64	+			X	左折	市道→K322	0.2	295.0	ここから田んぼ道 どぼちよん注意	
65	+			X	左折	K204	1.4	296.4		
66	+			X	右折	市道→K322	1.3	297.7		
67	T			X	右折	K207	2.7	300.4		
68	+	S	北代		左折	K208	1.6	302.0		
69	T	S	石坂		右折	K208	1.7	303.7	正面にセブンイレブンあり	
70	+	S	田刈屋		左折	K208	0.3	304.0		
71	+	S	牛島新町		右折	市道→K43	1.9	305.9	308.6kmポイント左折1.8kmでスーパー銭湯あり	
72	+	S	大町		左折	市道	4.1	310.0		
73	+	S	本郷新		右折	K179	0.6	310.6		
74	逆Y	S	三室荒屋(北)		直進	K43	8.3	318.9		
75	+	S	下田		右折	K15	3.0	321.9		
76	T	S	東中野新		右折	K6	2.1	324.0		
77	I		PC4 セブンイレブン立山アルペン村店		左側	K6	0.3	324.3	OPEN/ 14:47 ~ 9/23 02:36 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 折り返し	83.1
78	+	S	東中野新		左折	K15	0.3	324.6		
79	+	S	下田		左折	K43	2.0	326.6		
80	Y				左方向	市道→K68	5.5	332.1	青看板 月岡へ	
81	T	S	上栄		左折	K68	3.1	335.2		
82	T	S	外輪野		左折	R359	13.0	348.2	この先交通量多い 縦溝注意	
83	+	S	三合		左折	R359	7.4	355.6		
84	+	S	安川		左折	K11	1.6	357.2		
85	Y			X	左方向	市道	4.5	361.7		
86	+	S	通過チェック ファミリーマート南砺井波店 (イートインあり)		左側	市道	3.1	364.8	レシートを取得すること チェック後直進	
87	+	S	六角堂		左折	K27	0.7	365.5		
88	+	S	五領島		右折	K27→R304	1.5	367.0		
89	T	S	森本		左折	R359	28.4	395.4		
90	+	S	鳴和		右折	K159	3.3	398.7		
91	+	S	FINISH ファミリーマート金沢本町二丁目店		左側	市道	2.6	401.3	OPEN/ 17:08 ~ 9/23 08:00 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	77.0
92			FINISH受付 療術師会館ビル 3F		左側		0.5	401.8	OPEN/ 0:00頃 CLOSE/ 9/23 10:00頃 ・メダルの購入か否かを記入(メダル代1000円) ・完走の署名 カード提出をお願いします。	

