

Start時刻 5:00 スタート時間変更でAv 15km/h走行の時刻表示。船の時間は加味されていません。

キュー番号	交差点名	TC1迄22.8km	北西敷地内	2	4
信号有り		Start 人と防災未来センター 5:00 ←start時刻 ~5:30			
信号無し					
V15時刻 区間距離	標高 総距離		北西敷地内	5:04 1.2km	5:06 0.4km
6 (高松線)	西出町 5:19 3.5km	海浜公園前 5:41 5.4km	9 R2 28 6:27 11.4km 21.8km	TC2迄46.4km 通過チェック① モニュメント「明日」 6:31 1.1km 22.8km	28 1.5km モニュメント+自転車撮影
13	錦江橋南詰 6:37 1.4km	15 ジェノバライン 明石港乗船 出港時間 6:30 7:30 8:30 6:38 0.3km	17 岩屋港前 岩屋港 6:38 0.1km 24.6km	18 田ノ代 R28 6:43 1.3km 25.9km	19 K15 28 7:42 14.8km 40.7km
20	炬口北 市道 8:45 15.8km	21 消防本部 76 9:26 10.1km	22 水仙郷方面 この先未舗装区間あり 7m 9:33 1.7km 26m 68.3km	TC3迄21.9km 通過チェック② モニュメント「時のしらべ」 9:36 0.9km 43m 69.2km	
24		25 消防本部 76 9:47 1.8km	26 炬口北 R28 10:27 10.1km	TC4迄8.2km 通過チェック③ ローソン 津名町志筑店 レシート取得 7:41 ~11:04 9.2km 91.1km	28 R28 11:05 0.3km 91.4km 志筑
30	群家 11:36 7.7km	TC5迄13.2km 通過チェック④ モニュメント「め」 88 11:37 0.2km		32 0.1km 99.4km	33 31 止まれ K31 11:38 0.2km 99.6km
34	北淡震災記念公園の看板 12:29 12.7km	35 市道 12:29 0.1km	TC6迄32.6km 通過チェック⑤ モニュメント「神戸の壁」 12:29 0.0km 112.5km		37 市道 12:31 0.4km 112.9km
38		39 淡路松帆 K31 12:34 0.6km	40 岩屋フェリー前 28 31 13:17 1.4km	41 岩屋港前 ジェノバライン 岩屋港乗船 出港時間 10:00、11:20 12:00、13:00 14:00 13:19 0.6km 124.3km	43 明石公園 R2 13:19 0.1km 明石港下船 124.9km 大明石町1

46	鷹匠町	48	坂本	TC7迄30.7km 通過チェック⑥ ローソン 神戸山田町 レシート取得 9:15 ~14:40 0.3km 145.1km	50	原野南	51	皆森	
				13:23 0.8km 明石公園 125.8km	K85 14:39 19.1km 52 トンネル行かない 15:23 6.3km 317m 155.8km	85 148m 144.9km	428 14:50 2.5km 159m 147.6km	15 14:58 1.9km 428 161m 149.5km	
52		53	有馬口トンネル北		54	有馬口	55	有馬温泉北口	
				K15 15:26 0.9km 312m 156.7km	K15 15:28 0.5km 295m 157.2km	51 15:41 3.2km 372m 160.4km	51 15:43 0.5km 412m 161.0km	56 芦有ゲート前 約3km後から 急な下り つづれおり注意	
57	大多田橋	58	生瀬1	59	生瀬橋西詰	60	サンビオラ前	61	伊和志津神社前
		R176 176 16:17 8.4km 60m 169.4km	R176 176 16:20 0.7km 170.0km	R176 176 16:23 0.8km 170.9km	R176 176 16:32 2.3km 173.1km	16 16:35 0.7km 173.8km	114 16 16:35 0.7km 173.8km		
TC8迄4.1km 通過チェック⑦ ファミリーマート 宝塚御所の前店 レシート取得 16:43 2.0km 175.8km	Goal迄22.8km 昆陽池公園内 グランド モニュメント 「あなたの想 いを灯してく ださい」 16:59 0.4km 179.9km	63	高松町	64	金井町	65	天神川橋南詰	66	中野大橋南詰
	16:56 0.5km 333 昆陽池公園 600m 179.2km		114 176.2km		42 16:48 1.0km 177.1km	42 16:51 0.8km 177.9km		333 昆陽池公園 K333 16:54 0.8km 178.7km	
67	昆陽池北	71	伊丹市役所前	72	味泥				
		K333 16:59 0.7km 179.9km	通過チェック⑦ モニュメント 「あなたの想 いを灯してく ださい」 16:59 0.7km モニュメント+自転車撮影	伊丹市役所 消防局 17:01 0.5km 180.4km	止まれ K334 17:05 0.9km 181.3km				
74		75	門戸陸橋東	76	札場筋	77	西宮本町	78	味泥
		【側道推奨】 その後、歩道橋 を使って線路 を越える 17:21 2.1km 171 185.4km		R2 17:34 3.2km 188.5km		R43 17:36 0.6km 189.1km		R43 18:20 10.9km 43 200.0km	
79	春日野	80	南本町通3丁目	81		Goal 葛合公民 館 (2階:第2 会議室) 10:57 ~18:38 0.4km 202.7km	ジェノバライン岩屋発 出港時間 10:00 11:20 12:00 13:00 14:00 ¥700+¥300		
	三宮方面 43 18:26 1.7km 201.7km		43 18:28 0.5km 202.2km						