



- スタンダードコース 41.8km**
- 1 スタート(弓削港) → 岩城港
  - 2 岩城港 → エイド1 7.6km
  - 3 長江港 → 生名港
  - 4 生名港 → エイド2 14.0km
  - 5 エイド2 → エイド3 12.4km
  - 6 エイド3 → エイド4 2.2km
  - 7 エイド4 → ゴール 5.6km
- ▲ 立証ポイント
  - △ 誘導看板
  - )( 峠
  - > 勾配
  - 〓 〓 〓 〓 〓 〓 〓 〓 〓
- 🚲 レンタサイクル
  - 🏠 サイクルオアシス
  - 🚻 トイレ
  - P 駐車場
  - GS ガソリンスタンド
  - 🚚 島走レスキュー
  - FREE SPOT







### ファミリーコース 25.5km

- ① スタート(弓削港) → 岩城港
- ② 岩城港 → エイド1 7.6km
- ③ 長江港 → 生名港
- ④ 生名港 → エイド2 4.8km
- ⑤ エイド2 → エイド3 8.3km
- ⑥ エイド3 → ゴール 4.8km

▲ 立証ポイント	🚲 レンタサイクル
▲ 誘導看板	🚻 サイクルオアシス
🚻 トイレ	🚗 駐車場
📍 駐車場	🛒 GS ガソリンスタンド
📍 勾配	🚑 島走レスキュー
📍 勾配	🆓 FREE SPOT

