

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=4a22140455d71b30c878e02230e9cf42>

S=信号、|=信号名、+=十字路、T=T字路、Y=Y字路、|=|字路、|=|字路、|=|字路、ルートは次の通過点までの道路番号、区間は前の通過点からの距離

	通過点	進路	ルート	区間	合計	PC間	情報・その他 []行先道標
1	スタート 二子玉川 (兵庫島公園)		公園内通路	0.0	0.0		06:00~06:30 標高7m
2	+	左折	区道	0.9	0.9		多摩川沿いの一般道、土手を越えてすぐ左折
3	ㄣ S	左折	市道	4.2	5.1		
4	ㄣ 止まれ	左折	市道	0.2	5.3		和泉多摩川通り
5	+	直進	市道	0.2	5.5		世田谷通りを超える、道なり直進
6	+	左折	T114	0.7	6.2		
7	変則+	左折	市道	3.1	9.3		左折専用レーン
8	ト S 多摩川児童公園	直進	市道	0.5	9.8		右側トイレあり
9	+	直進	市道	0.8	10.6		鶴川街道を越える
10	ㄣ S	左折	T9	1.9	12.5		道なりに左へ
11	+	左折	市道	0.6	13.1		
12	+	直進	市道	2.0	15.1		府中街道を越える
13	ㄣ 止まれ	左折	市道	0.4	15.5		ガード下くぐる
14	ㄣ 「郷土の森入口」	左折	市道	0.8	16.3		
15	+	直進	市道	2.0	18.3		T18を超える
16	ㄣ 国立折り返し (多摩サイ) 前	直進	市道	4.1	22.4		この先 [たまりバー50キロ] 案内に沿って
17	+	左折	市道	0.2	22.6		一通 (自転車を除く) へ逆侵入、前方注意
18	ト	右折	市道	0.3	22.9		
19	+	左折	T256	0.3	23.2		T256を左折 日野橋まで注意!
20	+	直進	T256	0.7	23.9		変則5差路、左折レーンあり注意
21	+	直進	T29	4.6	28.5		宮沢~堂方上、長いアンダーパス走行注意
22	+	直進	R16	1.7	30.2		東京環状R16・新奥多摩街道T29共用区間
23	+	直進	T29	1.4	31.6		新奥多摩街道
24	Y 「鍋ヶ谷戸」	左折	T29	1.6	33.2		
25	ㄣ S	右折	T29	1.3	34.5		
26	ㄣ S	左折	T29	0.1	34.6		
27	+	右折	T249、市道、 T181	4.8	39.4		ここから先、西上州300とは異なる。定峰200と同じルート。
28	ト S	直進	T181	2.3	41.7		
29	ㄣ 「藤橋久保」	右折	T63	1.4	43.1		
30	+	左折	T44	0.3	43.4		岩蔵街道
31	PC1 ファミリーマート海田岩蔵街道店	左側	T44	1.0	44.4		07:18~09:12 標高163m レシート取得後直進
32	Y	右折	T44	2.0	46.4	2.0	右折時一旦停止、対向車に注意
33	ㄣ 「岩蔵温泉」	右折	T28	0.6	47.0	2.6	小菅木街道
34	ㄣ S	市道		0.3	47.3	2.9	
35	+	直進	K221	1.9	49.2	4.8	この先から埼玉県
36	山王峠 ▲247m	直進	K221	4.3	53.5	9.1	
37	ㄣ S	左折	K70	1.1	54.6	10.2	[上名栗] 信号機あり
38	ㄣ S	直進	K53	4.8	59.4	15.0	
39	Y	右折	K53	9.1	68.5	24.1	[秩父] 道なり、この先、山伏峠
40	山伏峠 ▲608m	直進	K53	4.1	72.6	28.2	
41	Y	左折	K53	0.9	73.5	29.1	下り基調、正丸峠へ上らないこと
42	ㄣ 「正丸トンネル」	左折	R299	3.9	77.4	33.0	押しボタン信号、正丸トンネルの秩父側
43	道の駅・果樹公園芦ヶ久保	左側	R299	3.8	81.2	36.8	追い抜き車に注意、トンネル有
44	+	直進	R140	5.9	87.1	42.7	交差点手前「ひつじや」は閉店orz。 ここから先、定峰200と異なる。踏切走行注意
45	ト S 「本町」	右折	R299	0.5	87.6	43.2	
46	ㄣ	左	R299	2.8	90.4	46.0	[小鹿野] 左鋭角カーブ道なり
47	ㄣ S 「上時田」	左折	R299	3.2	93.6	49.2	バイパスと合流。
48	ㄣ S 「泉田」	左折	R299	3.9	97.5	53.1	道なり。
49	PC2 セブンイレブン小鹿野バイパス店	左側	R299	3.6	101.1	56.7	08:58~12:44 標高257m レシート取得後直進
50	志賀坂峠 ▲788m	直進	R299	20.1	121.2	20.1	トンネル。 この先、群馬県：西上州やまびこ街道
51	ㄣ	左折	R299	6.4	127.6	26.5	[佐久穂・上野]
52	道の駅・上野	直進	R299	5.9	133.5	32.4	道の駅・レストラン営業 (11時~15時)
53	ト	右折	K45	7.1	140.6	39.5	[南牧・下仁田] 交差点の先に標識があるので手前を右に。 手前トンネル工事あり (片側交互通行) 注意
54	ト 湯の沢トンネル入口 ▲714m	直進	K45	2.8	143.4	42.3	塩ノ沢経由で迂回も可。 トンネル内路肩砂あり注意。
55	湯の沢トンネル出口 ▲670m	直進	K45	3.3	146.7	45.6	
56	ト	直進	K45	1.6	148.3	47.2	塩ノ沢峠経由の場合はここで合流 (+8.3km)
57	ㄣ 止まれ	右折	K45	3.2	151.5	50.4	[下仁田]
58	通過チェック 道の駅オアシスなんもく	左側	K45	2.1	153.6	52.5	時刻不問 (参考Close16:16) 標高338m レシートチェック。売店またはレストランでレシートを取得。 閉店時には道の駅の前でブルバード・自分のバイクを両方入れて撮影。
59	ㄣ 止まれ	左折	K45	4.5	158.1	4.5	交差点から先、工事のため片側交互通行。仮設信号に従うこと。
60	ㄣ S	左折	K45	1.0	159.1	5.5	[下仁田市街]
61	ト S 「上町」	右折	K208	0.2	159.3	5.7	下仁田駅周辺、補給などで迂回も可
62	ㄣ 止まれ	右折	R254	0.7	160.0	6.4	R254へ合流、補給迂回した場合はここへ復帰
63	道の駅・しもにた	直進	R254	2.5	162.5	8.9	下仁田特産品販売・補給可
64	ト S 「一ノ宮」	直進	R254	7.3	169.8	16.2	ここから西上州300と異なる。そのままバイパスへ。
65	ト S 「小沢」	左折	K10	3.0	172.8	19.2	

S=信号、「」=信号名、十=十字路、T=T字路、Y=Y字路、|=|字路、|=|字路、|=|字路、ルートは次の通過点までの道路番号、区間は前の通過点からの距離

	通過点	進路	ルート	区間	合計	PC間	情報・その他 []行先道標
66	十 S「板鼻宿」	右折	K10	10.3	183.1	29.5	ちょっとだけ旧中山道
67	十 S「板鼻二丁目」	左折	K10	0.3	183.4	29.8	この区間渋滞酷い。 歩道は自転車通行可だが、地元生活に負担をかけないよう 徐行にて通行すること。
68	十 S「元総社町東」	左折	R17	12.2	195.6	42.0	群馬大橋渡る
69	十 S「県庁南」	左折	市道	1.6	197.2	43.6	群馬県庁前通過
70	十 S「大手町」	右折	K10 K3	0.9	198.1	44.5	
71	十 S「堀越町南」	右折	K3	8.2	206.3	52.7	大胡バイパス
72	十 S PC3 ファミリーマートみどり大間々店	直進 右側	K3	13.0	219.3	65.7	12:29~20:36 標高158m 交差点第1象限。交差点を2段階右折して入ってください。 店舗の交差点角は段差あり注意。 レシート取得後直進（東進）
73	変則6叉路 S	左折	K3	2.3	221.6	2.3	[国道122号]
74	十 S	右折	K340 R122	0.1	221.7	2.4	[太田]
75	十 S「相生町1」	左折	市道 K67	1.6	223.3	4.0	桐生大橋渡る。その先5.7km、桐生川を渡って栃木県。
76	十 S「通7」	左折	K40	14.3	237.6	18.3	左折直後「床屋の角にボットンとある公衆電話」
77	変則3叉路 S「織姫神社前」	道なり 左折	K40 市道	0.6	238.2	18.9	トンネル通りを走行
78	十 S「芳町」	左折	市道	2.4	240.6	21.3	[田沼 R293 北関東道]
79	十 S「千歳橋」	右折	R293	1.0	241.6	22.3	[田沼 足利IC]
80	会沢トンネル ▲187m	直進	R293	21.2	262.8	43.5	
81	十	右折	R293	16.0	278.8	59.5	東北道にぶつかるので突き当たりを右折。
82	十 S	左折	R352 R293 R121	0.1	278.9	59.6	
83	十 S「市役所前」	右折	R293	8.0	286.9	67.6	
84	十 S「JR鹿沼駅前」	左折	R293	1.4	288.3	69.0	
85	十 S「田野町」	右折	R293	4.9	293.2	73.9	直進するとジャパンカップコース。
86	PC4 セブンイレブン宇都宮森林公園入口店	左側	R293	0.0	293.2	73.9	14:47~01:32 標高162m 田野町交差点第2象限。 レシート取得後直進（東進）
87	十 S「田野町東」	左折	R293	0.8	294.0	0.8	
88	十 S「向河原」	左折	市道	18.5	312.5	19.3	氏家大橋で鬼怒川を渡った直後。左折レーンあり
89	十	右折	K62	2.9	315.4	22.2	ファミリーマート角。
90	十 S「押上小学校南」	直進	市道	0.1	315.5	22.3	
91	十 S「長久保」	左折	R4	1.0	316.5	23.3	ちょっとだけ国道4号。次の交差点分岐ですく旧道へ。
92	Y S「蒲須坂(南)」	左折	K353	0.2	316.7	23.5	R4旧道へ。
93	Y S「乙畑」	左折	K30	3.4	320.1	26.9	
94	十 S PC5 ファミリーマート矢板北店	左側 右折	R461	7.5	327.6	34.4	15:53~03:52 標高194m 交差点左側。レシート取得後交差点右折（東進） 近隣に「道の駅やいた」あり。
95	十 S「扇町」	左折	K271	1.0	328.6	1.0	[那須塩原]
96	十 S	右折	K271	0.2	328.8	1.2	扇町左折直後。エッソGS
97	十 S「土屋」	合流	R4	2.1	330.9	3.3	
98	Y	左分岐	R461	1.5	332.4	4.8	野崎橋渡った直後。
99	十 S「一区町」	左折	市道	2.6	335.0	7.4	ライズライン
100	十 S	右折	K306	2.0	337.0	9.4	東北本線跨線橋渡った直後。ローソソ角
101	十 S「西那須野駅西口」	左折	K317 市道	2.9	339.9	12.3	これより湯の香ライン
102	十 S	右折	R400	3.8	343.7	16.1	
103	道の駅湯の香しおばら	直進	R400	7.6	351.3	23.7	
104	十	左折	市道 R400	2.8	354.1	26.5	トンネルに入らず旧道で迂回。 トンネル出口でR400と合流するが、付近工事中注意。
105	十 S「橋渡」	直進	市道 K266 市道	4.6	358.7	31.1	[塩原] この先塩原温泉街
106	十 S「上塩原」	右折	R400	5.4	364.1	36.5	1.8km手前ファミリーマートあり
107	尾頭峠 ▲807m	直進	R400	3.8	367.9	40.3	トンネルで日光市へ。
108	十	左折	R121	4.1	372.0	44.4	[栗山 日光市街 鬼怒川川沿い] 会津西街道へ。鬼怒川沿いを下る。 左折直後、通過チェック
109	十 に入る 通過チェック 上三依塩原温泉口駅	右側	駅ロータリー R121	0.1	372.1	44.5	#108の交差点直後。標識等無く分かりづらい。 フォトコントロール。通過時刻不問。標高694m 駅の駅名表示・フルベカード・自分のバイクを入れて撮影。 通過時刻不問。参考クローズ06:48。 撮影後、R121に復帰し南下。
110	十 S	右折	R121	24.2	396.3	24.2	[日光市街 鬼怒川 龍王峡P] 日塩有料道路に入らない。
111	十 S「小原」	直進	R121旧道	4.2	400.5	28.4	[鬼怒川温泉駅 鬼怒川公園駅] 道なりは右折方向だが直進。
112	十 止まれ	左折	R121旧道	1.3	401.8	29.7	[宇都宮] 交差点左折して踏切を渡る。
113	Y S「高徳」	右折	R121	6.0	407.8	35.7	このあたりまで鬼怒川沿い。
114	十 S「栗原」	左折	R121	0.8	408.6	36.5	鬼怒川バイパスに合流
115	十 S「今市警察署北」	右折	K245 K247	5.4	414.0	41.9	セブンイレブン角 正面に日光連山（男体山 女峰山）美しい
116	十	左折	K247 R120	8.6	422.6	50.5	[R119 R120] 左折後、神橋交差点よりR120。日光東照宮・神橋。

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=4a22140455d71b30c878e02230e9cf42>

S=信号、 「」=信号名、 +=十字路、 T=T字路、 Y=Y字路、 |=|字路、 |=|字路、 ルートは次の通過点までの道路番号、 区間は前の通過点からの距離

	通過点	進路	ルート	区間	合計	PC間	情報・その他 []行先道標
117	通過チェック ローソン日光東照宮前店	左側	R120	1.2	423.8	51.7	通過時刻不問。参考クローズ10:16。 標高627m レシート取得後直進。
118	Y S 「清滝」	Y左	R120	2.8	426.6	2.8	直後、清滝I.C交差点で日光宇都宮道路と合流。
119	+ S 「細尾大谷橋」	左折	R122	2.3	428.9	5.1	
120	日足トンネル入口 ▲858m	直進	R122	2.6	431.5	7.7	登りトンネル。2.7kmで60m↑。さらに路肩狭い。通行注意。 細尾大谷橋直後の「細尾町」交差点より細尾峠を通行可。
121	日足トンネル出口 ▲917m	直進	R122	2.8	434.3	10.5	
122	+ S 「田元」	直進	K250 市道	8.8	443.1	19.3	旧道で足尾市街を抜ける。 田元交差点以降、渡良瀬川沿い（「上桐原」まで）は右岸左岸どちら を走っても可。
123	└ S 「遺下」	右折	R122	3.5	446.6	22.8	右折後3.7kmで群馬県。 わたらせ渓谷美しい。
124	+ S 「上桐原」	右折	R122	30.9	477.5	53.7	セブンイレブン角。
125	+ S	右折	R122 K78	1.1	478.6	54.8	ダイソー・ミスタータイヤマンのある交差点。 直進BPへ行かない。
126	Y S 「大間々7」	Y右	K69	1.9	480.5	56.7	見落とし注意。横断歩道で渡る可。
127	PC6 ファミリーマートみどり大間々店	左側	K69	1.0	481.5	57.7	20:52~14:08 標高158m PC3と同じ店舗。 店舗の交差点角は段差あり注意。 レシート取得後直進（南下）
128	└ S	右折	R354	15.3	496.8	15.3	
129	└ S 「小角田北」	左折	K69 K14	0.3	497.1	15.6	
130	上武大橋	直進	K14	3.2	500.3	18.8	新設架橋を渡る可になる。工事中注意。 （脇に歩行者用橋もあり） これより埼玉県。
131	+ S 「深谷警察入口」	左折	R17	6.6	506.9	25.4	
132	+ S 「城址公園入口」	右折	K69	0.6	507.5	26.0	
133	└ S	右折	R140	6.5	514.0	32.5	
134	└ S 「武川」	左折	K69	0.3	514.3	32.8	
135	└	右折	K184	2.9	517.2	35.7	[小川] SUZUKIアルト看板が目印。手で曲がらない。
136	+ S 「能増」	右折	K184	3.7	520.9	39.4	
137	+ S 「総合グラウンド入口」	右折	K11	2.0	522.9	41.4	
138	+ S 「青山陸橋（西）」	左折	K30	3.3	526.2	44.7	
139	+ 「五明」	右折	K296	4.1	530.3	48.8	
140	Y S	左折	K30	5.5	535.8	54.3	
141	+ 「越生高校（北）」	直進	K30	1.0	536.8	55.3	
142	+ S	直進	K30	4.3	541.1	59.6	
143	└ S	直進	K30	1.9	543.0	61.5	
144	+ 「北平沢」	直進	K30	1.5	544.5	63.0	
145	+ 「南平沢」	直進	K30	0.5	545.0	63.5	
146	└ 「飯能日高消防署」	右折	市道	4.9	549.9	68.4	
147	└ 「中山」	左折	市道、R299	1.5	551.4	69.9	
148	+ 「東町」	右折	K70	1.0	552.4	70.9	
149	+ 「広小路」	左折	K218	0.4	552.8	71.3	
150	+ 「稲荷分署入口」	左折	K218	0.4	553.2	71.7	
151	+ 「阿須」	直進	K218	2.4	555.6	74.1	
152	+ 「南峰」	直進	市道	2.4	558.0	76.5	
153	└ S	右折	T179	2.7	560.7	79.2	
154	PC7 セブンイレブン青梅日立前店	左側	T179	1.4	562.1	80.6	23:32~19:28 標高158m レシート取得後直進
155	└ S	左折	T181	0.6	562.7	0.6	
156	+ 「小作坂下」	左折	T29	2.4	565.1	3.0	
157	└ S	右折	T29	4.7	569.8	7.7	
158	└	左折	市道	0.1	569.9	7.8	
159	└ 止まれ	左折	T29	0.2	570.1	8.0	
160	└ 「鍋ヶ谷戸」	右折	T29	1.2	571.3	9.2	
161	+ 「小荷田」	直進	R16	1.6	572.9	10.8	
162	+ 「堂方上」	直進	T29	1.4	574.3	12.2	
163	+ 「宮沢」	直進	T29	1.7	576.0	13.9	
164	+ 「日野橋」	直進	T153	4.6	580.6	18.5	
165	+ 「みのお通り入口」	右折	市道	0.7	581.3	19.2	
166	└ 止まれ	左折	市道	0.3	581.6	19.5	
167	+ 止まれ	右折	市道	0.3	581.9	19.8	
168	└ 国立折り返し（多摩サイ）前	直進	市道	0.2	582.1	20.0	
169	+ 「関戸橋北」	直進	市道	4.1	586.2	24.1	
170	└ 「郷士の森入口」	右折	市道	2.0	588.2	26.1	
171	└	直進	市道	0.8	589.0	26.9	
172	└	右折	市道	0.2	589.2	27.1	
173	└ 止まれ	左折	市道	0.1	589.3	27.2	
174	+ 「是政橋北」	直進	市道	0.2	589.5	27.4	
175	+ 「水防・防災ステーション角」	右折	T9	2.0	591.5	29.4	
176	Y S	右折	市道	0.6	592.1	30.0	
177	+ 「多摩川原橋」	直進	市道	1.8	593.9	31.8	
178	変則+ 「調布南高校前」	右折	市道	1.4	595.3	33.2	

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=4a22140455d71b30c878e02230e9cf42>

S=信号、「」=信号名、+=十字路、T=T字路、Y=Y字路、|=|字路、+|=|字路、ルートを次の通過点までの道路番号、区間は前の通過点からの距離

	通過点	進路	ルート	区間	合計	PC間	情報・その他 []行先道標
179	H S	直進	T114	1.6	596.9	34.8	
180	H S	直進	T114	0.5	597.4	35.3	
181	+ 「田中橋」	右折	市道	1.2	598.6	36.5	
182	+ 「狛江高校」	左折	T3	0.7	599.3	37.2	世田谷通り
183	S	右折	T11	0.2	599.5	37.4	小田急線高架くぐってすぐ。水道道路に入る。道路入口狭くなっているので注意（コンクリ柱あり）。
184	ゴール セブンイレブン 狛江水道道路店	左側	市道	1.5	601.0	38.9	00:48~22:00 レシート取得後、ゴール受付まで移動（水道道路を直進1.1km）。
999	ゴール受付 世田谷区立 宇奈根地区会館（18時~）	右側	市道	1.1	602.1	40.0	極力、18時以降のゴール受付をお願いします。 ゴール後、30分以内にお越しください。 23:30までにたどり着けない場合には電話連絡をお願いします。 [超早着対応] [早着対応]それぞれ対応を予定しています。 詳細は欄外末尾にて。

PC1~PC7およびゴール受付のコンビニでは、必ず買い物をしてレシートを貰ってください。

また、道の駅・コンビニ通過チェックがそれぞれ1箇所あります。こちらも同様にレシートを貰ってください。

それとは別にフォトコントロール（写真を撮影）が1箇所あります。スマホまたはデジタルカメラを持参ください。ゴール受付にてチェックします。

キューシートの区間距離、合計距離はお使いのサイコン、GPSによって誤差が出ます。

通過点は、距離、ルート、情報（その他）などから総合的に判断して下さい。

また事前に予習をして使い慣れた地図でコースを確認しておくことが必要です。

リタイア（DNF）する場合は、必ずブルベカードに記載されている主催者まで直接本人が電話連絡すること。

連絡無しにゴール受付をせずに帰られると、確認が取れるまでスタッフが撤収することができず運営に支障をきたします。

次回以降の参加をお断りします。

各PCのオープン・クローズ時刻は、6時スタートを基準に書いています。

当日、ウェーブスタートで各自のスタート見なし時間は変わりますので、ご注意ください。

超早着対応・早着対応について

ゴール受付の宇奈根地区会館は18時からの使用となります。

時間調整をするなどし、極力18時以降のゴール受付にご協力ください。

それ以前にゴールされた場合には、以下の対応をします。

[超早着対応] 3日6:00~9:00

最終PC（セブンイレブン青梅日立前店）にて、ゴール見込み時刻を電話にてお知らせください。ゴールPCにてスタッフが対応します。

[早着対応] 3日15:00~18:00

ゴールPCにてスタッフが対応します。

[通常対応] 3日18:00~

ゴールPCにてレシート取得後、ゴール受付の宇奈根地区会館へお越しください。

[それ以外の時間帯]

ゴール受付しません！周辺で時間を潰してからお越しください。