



BRM420西上州300試走 ハイライト1/2

- 139.5キロ地点湯の沢トンネルまでは登ったり降ったり
→前半に峠 & 長い登りが固まったコース
→無理せず、**後半回し切れる体力温存**
- 149.5キロ道の駅オアシスなんもく以降は都市部へ
→蓄積した位置エネルギーで**巻き返し**！
→向かい風でも確実にグロス稼げる構造



BRM420西上州300試走 ハイライト2/2

- 志賀坂峠以降は寄り道どころ多し。後半巻き返せる想定でちょっと休憩も
 - 例：道の駅オアシスなんもく名物の大盛りカレー 
 - 例：温泉でゆっくり♨️
- 日没まで汗ばむ気候、日が沈むと徐々に冷えてくる
 - 日中は春/夏装備でOK
 - 防寒具持参推奨 



写真は普通盛り

ペースと相談の上、**各自の旅程を満喫**をください 😊

BRM420西上州300試走レポート1/2

• Start-CP1

たまがわ定番の北上コース。都市部のため、多少の渋滞が想定されます。

信号の関係で頑張ってもそれほど貯金に寄与しません。安全運転で体力温存ください。

• CP1-CP2

ここから最初の登り区間に入ります。52.3キロ地点小沢トンネル、67.8キロ山伏峠ともに厳しくない斜度です。

午前中は快適な気候 & 日陰多めだと思いますが、地味に脱水していきます。給水心がけましょう。

山伏峠以降CP2までは渋滞が予想されます。焦れずに安全運転を心がけてください。

• CP2-CP3

CP2を超えて直進していくと、工事中の区間があります。臨時信号に従って交通ください。

工事区間を超えると、いつの間にか志賀坂峠が始まっています。日陰多めですが気がつくとも気温上昇して暑いかも。

志賀坂峠のワインディングを堪能しながら、淡々と登っていきましょう。志賀坂トンネル後の下りは対向車注意です。

志賀坂トンネルを超えると群馬県に入ります。

一旦降ったあと、アップダウンを繰り返しながら湯の沢トンネルに向かいます。**トンネル内からCP3まで下り基調。**

CP3道の駅なんもく前では工事を行なっています。誘導員の指示に従ってください。



キューシート48：志賀坂峠



キューシート56：CP3前の工事

BRM420西上州300試走レポート2/2

• CP3-CP4

CP4まで下り基調ですが、試走日は強烈な向かい風でグロス稼げず。ですが貯金は作れますので焦らずに。

富岡、藤岡と都市部に入っていきます。風と信号とお付き合いしながら進んでいきましょう。

神流川を越えると埼玉県に入りますが、引き続き平坦です。

• CP4-CP5

ここから東京目指して南下していきます。

CP3-CP4区間よりも信号が少ないため、快適に走れる区間です。

この区間で回せる体力を温存しておくと思えます。

キューシート76、230.5キロ地点には最後の峠、笛吹峠があります。

この峠以降もいくつかアップダウンがありますが、斜度はきつくないのでクルクル回していきましょう。

• CP5-Goal

日没後にCP5に到達される方が多いかと思えます。

日没後には気温が徐々に下がっていきますので、肌寒さを感じられた場合はCP5で防寒具を着用ください。

この先、新奥多摩街道、東京都道29号線に入っていくと交通量が増えていきます。

急な左折をする車も散見されますので、前後左右注意して安全運転ください。

CP5は標高150m、Coalは標高数m。下り区間なのでグロス稼げます！



キューシート56：道の駅オアシスなんもく



キューシート88：飯能の夜景

参考：BRM420西上州300試走スケジュール

区間	コントロール名	距離	到着時間	出発時間	貯金	PCtoPCgross (km/h)	主なトピック
Start	スタート 兵庫島公園入口	0		6:00		0.00	
CP1	コントロール1 ファミリーマート青梅成木街道店	42.9	8:27	8:40	0:42	17.51	07:16 ~ 09:09
CP2	コントロール2 ファミリーマート 秩父小鹿野町店	94.9	10:57	11:10	1:23	22.77	08:48 ~ 12:20 道中各種撮影
CP3	コントロール3(通過チェック) 道の駅オアシスなんもく	149.6	13:53	14:30	2:07	20.13	時刻不問(参考Close16:00) 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。閉店後(17:00)は道の駅の前でブルベカード・自分のバイクを両方入れて撮影。
CP4	コントロール4 ローソン 川本店	212.1	17:20	17:35	2:48	22.06	食堂でカレー(並盛り)を食す 12:15 ~ 20:08 折返し 途中給水のためにコンビニ立ち寄り 道中各種撮影
CP5	コントロール5 セブンイレブン青梅日立前店	262.4	20:07	20:20	3:21	19.86	13:49 ~ 23:28 道中各種撮影
Goal	ゴール 兵庫島公園入口	304.1	22:17		3:43	21.38	15:00 ~ 26:00 (4/21 02:00)

付録：BRM420西上州300試走思い出スポット



52.3キロ地点：山伏峠(606m)



139.5キロ地点：湯の沢トンネル (714m)



116.9キロ地点：志賀坂トンネル(780m)



205.7キロ地点：小前田駅（記念撮影スポット）