




BRM511海野宿400試走 ハイライト1/2

- 東京から埼玉群馬を経て、長野（上田市）の海野宿へ小旅行
 - 緩やかな碓氷峠を登り軽井沢へ 
 - **夕暮れ**の**海野宿**を堪能することも 
- 折り返して238.7キロ入山峠から先は、関東平野部走行
 - 東京まで降っていくコース設計 
 - ご自身の特性に合わせた旅程計画を



BRM511海野宿400試走 ハイライト2/2

- 群馬や長野での観光地や、お食事処多数あり

→例：峠の釜めしを召し上がったたり🍚

→例：碓氷峠の眼鏡橋🕶️

- 晴れは日中酷暑、日没後標高1,000mからダウンヒルの方も

→日中は軽装で、暑さ対策☂️

→下り用防寒具持参推奨🧣



画像引用元：<https://www.oqinoya.co.jp/bento/kamameshi/>

400kmならでの、それぞれの旅程を構築 & 満喫ください 😊

BRM511海野宿400試走レポート1/3

• Start-CP1(44.4キロ地点)

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 (89.2キロ地点)

CP2花園まで、多少のアップダウンがある埼玉の平地区間を走ります。

試走日は8時台で20℃を越え、途中給水のため自販に立ち寄るほど暑かったです。

基本大通りを走るため、日陰が非常に少なく地味に脱水していきます。**給水したり、攣り対策に岩塩摂取しましょう。**

キューシート45の先、花園大橋は渋滞が予期されます。

その歩道には「自転車及び歩行者専用」(325の3)の道路標識があるので、状況に応じて利用ください。

• CP2-CP3 (143キロ地点)

小前田駅を越えて北上していくと、群馬県に入ります。

富岡市街地を通過していくので信号ストップが増えると思いますが、この先上り区間なので体力温存しましょう。

キューシート51(112キロ地点)から少しコースアウトして北上すると登利平藤岡店です(11:00-21:00)

群馬のソウルフードです。往路の方がちょうどいい時間帯に行けるかと思しますので、ご興味ある方はおひるどうぞ。

キューシート52(富岡市街地) 130.6km地点で標高約150mでしたが、CP3では標高300m近くに至ります。

基本上りとなりますので意外とペース上がりませんが、消耗し尽くさないよう軽いギアをくるくる回していきましょう。

キューシート53の先、新道ができていますのでそちらへ直進ください。斜度が何%なのかは、復路で判明します。



キューシート48：小前田駅前



112キロ地点：登利平のランチメニュー例

BRM511海野宿400試走レポート2/3

• CP3-CP4 (201.2キロ地点)

往路の本格的な上り区間に入ります。標高300mから軽井沢の標高1,003mを目指していきましょう。
碓氷峠に行く旧道前147キロ地点に、峠の釜めしおぎのや本店があります (営業時間10:00-16:00)
碓氷峠は11.4km、平均勾配5.6%の長い峠ですが、一番斜度のある区間は宿場町からめがね橋にかけて。
約153キロ地点にめがね橋 (標高600m)から碓氷峠 (標高966m) まで9.7kmは平均勾配3.77%に低下。
後半の方が斜度が緩くなりますので、カーブの数をカウントしながら、木陰をのんびり回していきましょう。
碓氷峠を超えると軽井沢市街地に入り、標高1,003mから標高450m付近まで降っていきます。
確実に貯金を取り戻せますが、キューシート66の先は所々路面が悪い&急斜面を下りますので特に安全運転で。
キューシート71田中駅前を超えると、海野宿入り口です。

5月の日没は18:30ごろですので、夕焼けの海野宿を望める方が多いかと思います。

東京から長野までの200キロの道のりを経て到着した、趣ある情景を堪能ください。

• CP4-CP5 (272.4キロ地点)

折り返して登り返します。CP4標高450mから238.7キロ地点入山峠 (1,035m) までが、本BRMの山場です。
この区間をいなしながら登れる程度に、往路体力配分して進めると、精神的にも楽かと思います。
上りの平均勾配は6-7%程度。国道18号のため、道沿いにはお店や自販が多数あります。
入山峠の下りはスピードが出やすいですがカーブも多いです。必ず明るいライトを点灯して安全運転ください。
試走の際は18時30分で気温15℃程度でした。日が落ちると急激に冷え込みますので、防寒具持参ください。
下り切ったのちは、藤岡市街地へ。体力的に厳しくなった際には、休憩や仮眠できる処へお立ち寄りください。



153キロ地点：めがね橋



キューシート64：碓氷峠

BRM511海野宿400試走レポート3/3

- CP5-CP6（311.9キロ地点）

往路と同じ道に戻り、群馬から埼玉へ戻ります。

CP5でも標高約150m地点。ここから緩やかに降っていき、CP6は標高80-90m程度。

必然的に速度も上がり、貯金も作りやすいかと思います。

気温もだいぶ下がり快適な走行ができますが、夜間ですので各種車や路面には注意して走行ください。

- CP6-CP7（359.1キロ地点）

埼玉は飯能を超えて東京都へ戻ります。いよいよ終盤です！

日の入は4時40分ごろ。この区間で日の出を迎える方もいるのではないのでしょうか。

街が目覚める時を体感できるのもブルベの醍醐味かと思いますので、

街の息吹を感じながら市街地を駆け抜けていきましょう。

- CP7-Goal（400.9キロ地点）

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。

兵庫島公園を越えて20時間以上経過してる方も多いかと思います。

早朝とはいえ都内は交通量が激増します。

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ので焦らずに！



373.1キロ地点：東京亭（24時間営業）

画像引用先：

<https://nankintei.com/news/%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E4%BA%AD%E6%98%AD%E5%B3%B6%E5%BA%97%E3%80%80%E3%83%AA%E3%83%8B%E3%83%A5%E3%83%BC%E3%82%A2%E3%83%AB%E3%82%AA%E3%83%BC%E3%83%97%E3%83%B3%E3%81%AE%E3%81%8A%E7%9F%A5%E3%82%89%E3%81%9B/>

参考：BRM511海野宿400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	PCtoPCロス (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 ファミリーマート海田岩蔵街道店	44.4	8:06	8:15	1:06	21.14	07:18～ 09:12 珍しく順調に北上できたので、割と早めに到着
CP2	コントロール2 ファミリーマート ヤマキ花園	89.2	10:05	10:13	1:51	24.44	08:37 ～ 11:56 早くもアームカバーを外すほどの暑さに
CP3	コントロール3 セブンイレブン安中 松井田バイパス店	143	12:40	12:50	2:52	21.96	10:12 ～ 15:32 暑くて途中給水のために自動販売機へ 攣り対策に岩塩舐め舐め
CP4	コントロール4 ローソン 上田岩下店	201.2	15:49	16:00	3:35	19.51	11:55 ～ 19:24 オーバーヒート対策で碓氷峠をゆっくり登る 碓氷峠以後は標高1,000mから450mまで降っていく 軽井沢（標高1,000m）到着後もアームカバー不要の暑さ
CP5	コントロール5 通過チェック セブンイレブン 富岡七日市店	272.4	19:44	20:06	4:24	19.07	～ 00:08 CP4から碓氷バイパスまで登っていく 暑くて途中給水のために自動販売機へ（2回目） 攣り対策に岩塩舐め舐め（2回目） 碓氷バイパスからはロス取り戻せる
CP6	コントロール6 ファミリーマート ヤマキ花園店	311.9	21:49	22:02	4:59	23.01	15:23 ～ 02:48 夜間の市街地を駆け抜けていく 相変わらず汗ばむ湿度 CP6で尻筋痛ケア
CP7	コントロール7 セブンイレブン青梅日立前店	359.1	0:25	0:35	5:31	19.80	16:51 ～ 5:56 ようやく適温の気候に
Goal	ゴール 兵庫島公園	400.9	2:36		6:24	20.73	18:08 ～ 9:00