



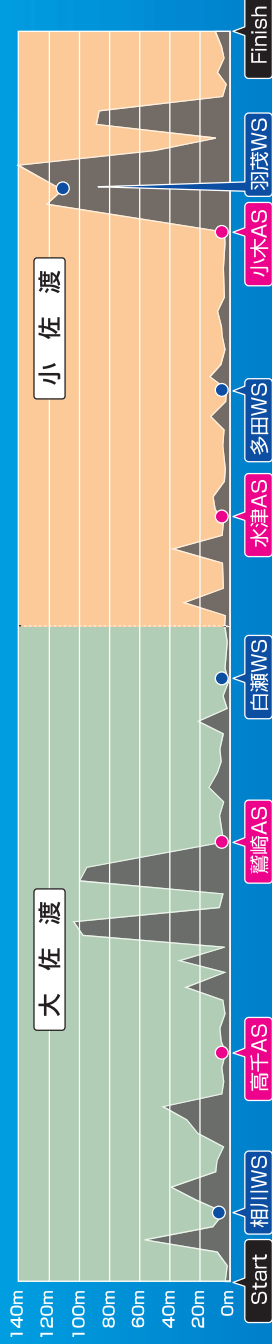
バイクコース

- AS (補給食あり)
- WS (ドリンク主体)

※コースは道路事情の変化に伴い変更する場合があります。



バイクコース・高低差



制限時間	バイク スタート	相川 WS	高千 AS	鷺崎 AS	白瀬 WS	水津 AS	多田 WS	小木 AS	羽茂 WS
A・Ra タイプ	8:30	—	10:30	11:30	—	13:35	—	15:15	16:10
B・Rb タイプ	9:20	—	—	—	—	—	—	—	—



ランコース

佐和田海岸周回コース (1周約10.5km)

(4周回) …A・RA タイプ
(2周回) …B・RB タイプ

制限時間

周回	A・B タイプ			B・RB タイプ		
	AS	Km	制限時間	AS	Km	制限時間
1周回	本部AS	0	16:30	本部AS	0	14:30
	窪田AS	1.5		窪田AS	1.5	
	沢根AS	3.2		沢根AS	3.2	
	沢根AS	5.2		沢根AS	5.2	
	窪田AS	6.9		窪田AS	6.9	
2周回	本町WS	9.3		本町WS	9.3	
	本部AS	10.5		本部AS	10.5	
	窪田AS	12.0		窪田AS	12.0	
	沢根AS	13.7		沢根AS	13.7	
	沢根AS	15.7		沢根AS	15.7	
3周回	窪田AS	17.4		窪田AS	17.4	
	本町WS	19.8		本町WS	19.8	
	本部AS	21.1		フィニッシュ	21.1	18:00
	窪田AS	22.6				
	沢根AS	24.3				
4周回	沢根AS	26.3				
	窪田AS	28.0				
	本町WS	30.4				
	本部AS	31.6	20:15			
	窪田AS	33.1				
	沢根AS	34.8				
	沢根AS	36.8				
	窪田AS	38.5				
	本町WS	40.9				
	フィニッシュ	42.2	21:30			



質場

折り返し①

沢根

沢根AS

沢根漁港

入海

窪田

窪田AS

ツルハドラッグ

浦島

佐渡市総合体育館

佐和田中学校

ヤマト運輸

マリン

コメリ

佐和田郵便局

アミューズメント佐渡

佐和田交番

二宮小学校

佐渡高校

ハイウェイ脇路

佐和田行政サービスセンター

佐和田行政サービスセンター

佐和田行政サービスセンター

佐和田行政サービスセンター

佐和田行政サービスセンター

佐和田行政サービスセンター

佐和田行政サービスセンター