第９回 白馬サイクルフェスタ　参考ルート

このマップは最短距離ではなく、安全面や景色の良いところを考慮した参考ルートになっています。
コース選択は自由ですが、ご自身の体力に合わせたコース選択を心がけて下さい。

水分・栄養補給、休憩を十分取って走行して下さい

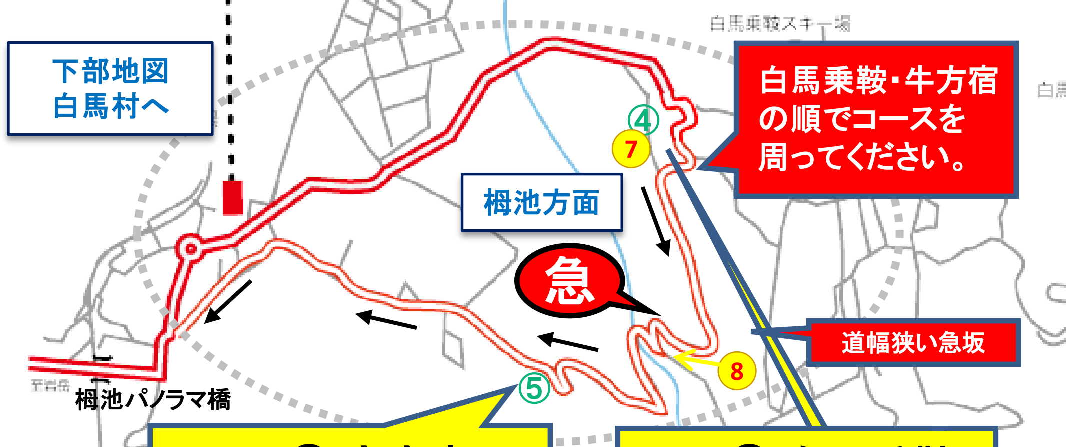
ゴール制限　15:00

CPでリストバンドを受け取ってください

AS エイドステーション　お食事をお楽しみいただけます。なお、お食事は参加者分のご用意となっておりますので、おかわりはありません。チェックポイントでも振舞のある箇所がありますので、各所のお食事をお楽しみ下さい。

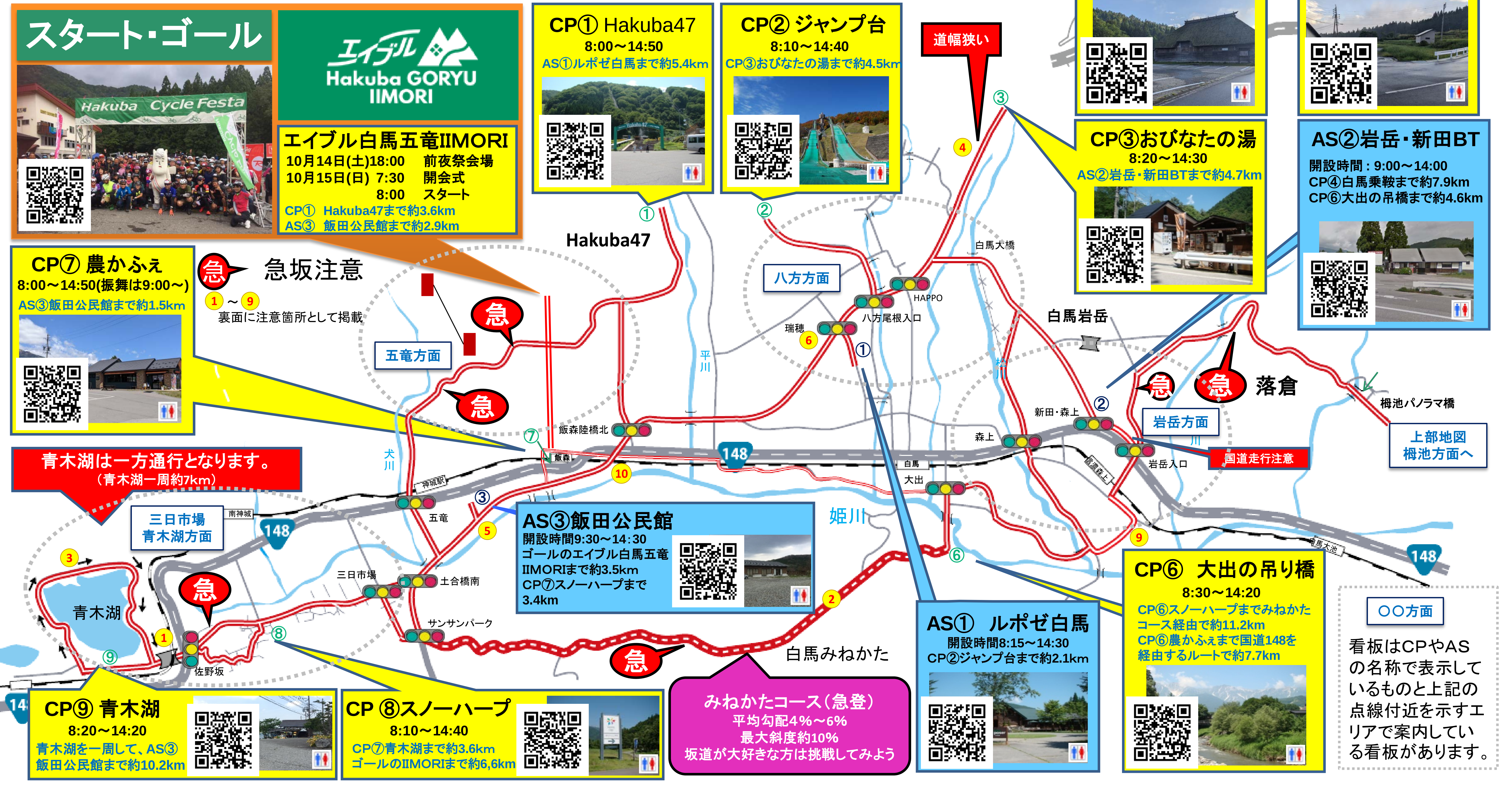
チェックポイントは全体で8カ所。すべて廻ってもいいし、体力に合わせて一部でもOK。
順序通りでなくてもいいし、逆回りでもOK。
🚻トイレのあるCP。リストバンドをもらって下さい。
QRコードはグーグルマップにリンクしています。
また、CPでは水分の補給のほか、下記のCPでは一品の振る舞いがございます。

CP② 白馬ジャンプ台
CP④ 白馬乗鞍
CP⑦ 農かふぇ
CP⑧ スノーハープ
CP⑨ 青木湖


下部地図
白馬村へ
白馬乗鞍スキー場
梅池方面
急
④
7
⑤
8
梅池パノラマ橋

白馬乗鞍・牛方宿の順でコースを周ってください。

道幅狭い急坂


Hakuba Cycle Festa
エイブル Hakuba GORYU IIMORI
Hakuba47
急
五竜方面
急
⑦
飯森陸橋北
飯森
10
148
八方方面
HAPPO
八方尾根入口
瑞穂
6
①
②
平川
白馬大橋
白馬岩岳
松川
③
4
道幅狭い
②
新田・森上
森上
白馬
大出
岩岳方面
岩岳入口
信濃森上
9
⑥
姫川
急
急
落倉
梅池パノラマ橋
白馬大池
148
犬川
神城駅
五竜
③
5
南神城
148
三日市場
青木湖方面
3
青木湖
急
1
⑨
佐野坂
三日市場
土合橋南
⑧
サンサンパーク
急
2
白馬みねかた

スタート・ゴール

エイブル白馬五竜IIMORI
10月14日(土)18:00　前夜祭会場
10月15日(日) 7:30　開会式
8:00　スタート
CP①　Hakuba47まで約3.6km
AS③　飯田公民館まで約2.9km

急 急坂注意
1 ～ 9 裏面に注意箇所として掲載

CP① Hakuba47
8:00～14:50
AS①ルポゼ白馬まで約5.4km

CP② ジャンプ台
8:10～14:40
CP③おびなたの湯まで約4.5km

CP③おびなたの湯
8:20～14:30
AS②岩岳・新田BTまで約4.7km

CP④ 白馬乗鞍
9:00～13:30
CP⑤牛方宿まで約2.4km

CP⑤ 牛方宿
9:10～13:50
CP⑥大出の吊橋まで約10.9km

AS②岩岳・新田BT
開設時間：9:00～14:00
CP④白馬乗鞍まで約7.9km
CP⑥大出の吊橋まで約4.6km

上部地図
梅池方面へ

国道走行注意

CP⑦ 農かふぇ
8:00～14:50(振舞は9:00～)
AS③飯田公民館まで約1.5km

青木湖は一方通行となります。
（青木湖一周約7km）

AS③飯田公民館
開設時間9:30～14:30
ゴールのエイブル白馬五竜IIMORIまで約3.5km
CP⑦スノーハープまで3.4km

AS① ルポゼ白馬
開設時間8:15～14:30
CP②ジャンプ台まで約2.1km

CP⑥ 大出の吊り橋
8:30～14:20
CP⑥スノーハープまでみねかたコース経由で約11.2km
CP⑥農かふぇまで国道148を経由するルートで約7.7km

CP⑨ 青木湖
8:20～14:20
青木湖を一周して、AS③飯田公民館まで約10.2km

CP ⑧スノーハープ
8:10～14:40
CP⑦青木湖まで約3.6km
ゴールのIIMORIまで約6,6km

みねかたコース（急登）
平均勾配4%～6%
最大斜度約10%
坂道が大好きな方は挑戦してみよう

〇〇方面
看板はCPやASの名称で表示しているものと上記の点線付近を示すエリアで案内している看板があります。

交通ルールを絶対に守りましょう！！

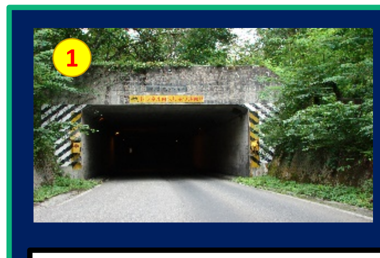
●ヘルメットを必ず装着して下さい。 ●自転車は車道の左側走行を守りましょう。
●急に進路を変えたりしないでください。

体力に余裕をもって無理のない走りを心がけて！！

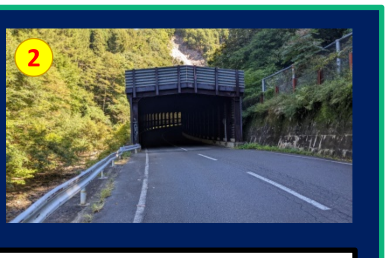
●水分補給を忘れずに！！
気温が高くなった時には熱中症の恐れがあります。 各AS．CPには飲料水が用意されていますので、水分補給を効率よく行ってください。万が一体調が悪くなったら、日陰などを探して休憩をし、それでも体調が戻らない場合は、緊急連絡先にご連絡下さい。

●体力の限界を超えるような走りをしない！！
コース内はアップダウンが激しく、急坂も多くあります。
自分の体力と相談をして、無理のないコース選択を行いましょう。

ライトをつけましょう

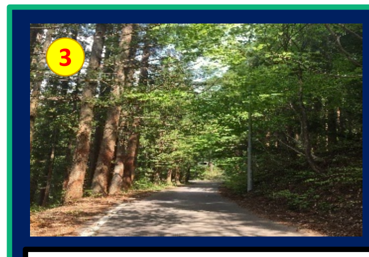


① 佐野坂トンネル

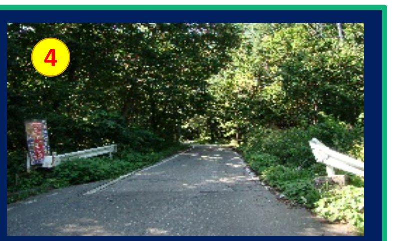


②みねかたコーススノーシェッド

道幅がせまくなっています。

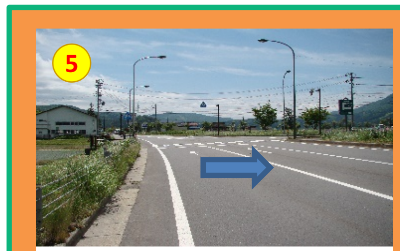


③ 青木湖周回道路

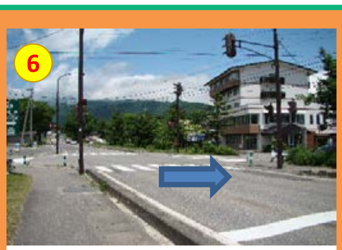


④ おびなたの湯付近

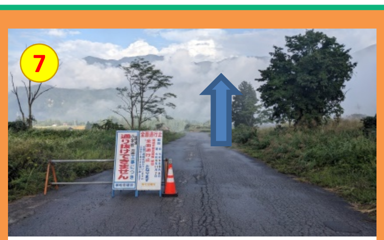
曲がり角など注意箇所



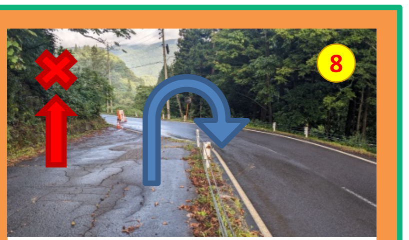
⑤AS飯田公民館入口
車の往来多し。八方方面から来た時、右折横断に注意。



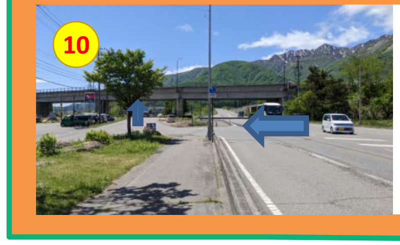
⑥ASルポゼ白馬入口
瑞穂信号。青信号だと、うっかり通過に注意。看板を確認。



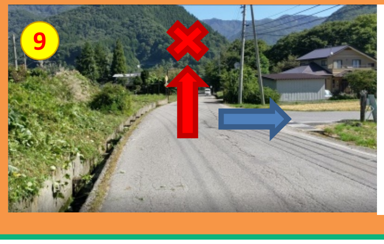
⑦乗鞍から牛方宿方面
通行止め看板
CP牛方宿までは通行できますので、看板は無視して直進。



⑧牛方宿方面急カーブ
下り坂をほぼ360度右折します。
正面通行止め看板先には行けません。



⑩CP農かふぇ進入路
国道148号線を北から農かふぇへ向かう場合は、右手ローソンを過ぎたら陸橋手前を左へ入って、飯森駅前を通過、踏切を渡って行くことができます。



⑨大出つり橋方面
塩島右折箇所
岩岳信号から大出の吊り橋方面へ踏切を渡り、T字路を左折したあと、右折する箇所。
直進するとコースを外れます。

ゴール後、必ず完走証を受け取って下さい。

その際、同時に帰還チェックを行います。
帰還チェックがない場合は行方不明者として扱い捜索隊を出すことになります。途中棄権の場合は下の連絡先まで連絡を入れてください

走行上の注意

本大会は、競技会ではありません。
楽しみながら走るサイクリングイベントで、交通規制はしていませんので、交通ルールを守り安全な走行を心掛けて下さい。

走行上のルールについて

1、一時停止場所、赤信号では確実に停止して下さい。
2、左側を一列で走行して下さい。
3、自転車運転中に携帯電話を使用しないで下さい。
4、前走者とは適度な距離を保って走行して下さい。
5、追い越す場合は後方確認の上、声を掛けながら追い越して下さい。
6、右折箇所は2段階右折をして下さい。

緊急連絡先 0261－75－4080

事故などを見かけた場合にはこちらまでご連絡下さい。

Hakuba Cycle Festa

第9回 白馬サイクルフェスタ

大会規約･参加資格

●大会参加者は小学生以上の健康な男女で、各自の責任で完走などができる方。但し小学生の参加は保護者同伴とし、大会規約、交通規則･マナーを遵守出来る方。大会規約を了承した方といたします。
●本大会は白馬の食･観光の魅力発信を目的としたサイクルイベントです。一般車両の交通規制は行なっておりませんので、一時停止場所、赤信号での停止は確実に行ない、交通ルールを守った走行をして下さい。
●コース内には工事区間、急な下り、見通しの悪いカーブなどが多く存在しますので徐行･減速は確実に行なって下さい。
事前にマップで走行ルートを確認し、大きくコースから外れない様に走行して下さい。
●参加者の応援等の車両伴走は禁止します。
●自転車の種別は問いませんが、各自で安全点検を済ませたものに限ります。
●ヘルメットは必ず着用して下さい。ヘルメットなしでの参加は認めません。
●何らかの理由でリタイアする場合は、近くのスタッフに申告し指示に従ってください。また、体力に自信のない場合は、自己の判断において無理せずスタート地点にお戻り下さい。
●走行中に事故、ケガをしている人、倒れている人等をみかけたら、最寄りのスタッフ又は大会本部までお伝えください。
●悪天候、地震、天災より大会が予定通り開催できない場合は主催者の判断で大会内容の変更、または中止とする場合がございます。
●大会中の病気、ケガに関しましては、主催者側で応急処置などは行ないますが、その後の処置や責任は参加者自身が負うものといたしますので、健康保険証は必ず御持参下さい。
●大会中に負傷または死亡事故が発生した場合、その原因の如何を問わず、大会開催傷害保険による給付の他は、主催者および大会関係者に対して一切の補償請求をしない。
●大会出場中の映像、写真記事、テレビ放送、新聞、雑誌、インターネットへの掲載権は主催者に属します。

エントリーされた方は上記の内容に同意されたものと見なします。
本イベントに参加するにあたり、自分自身の健康に最新の注意を払い、主催者の指示に従い、万が一の事故、疾病に際しては主催者に対しその責任を問わず、自己責任において処理することを誓います。

主催 ： 白馬五竜観光協会
後援 ： 白馬村
協力 ： 白馬村 ・ 白馬五竜高山植物園 ・ エイブル白馬五竜IIMORI ・ Hakuba47
八方尾根開発 ・ 新田区 ・ ライオンアドベンチャー ・ 白馬アルプスホテル ・ 牛方宿
ルポゼ白馬 ・ 飯田区 ・ 白馬高校
旅行企画･実施 ： 白馬オペレーションセンター
長野県知事登録旅行業2-443号