

琵琶湖一周サイクリング '10

－ 2010・10・10 －

一走行上の注意事項

- ・ **タイヤの空気圧**をチェックしてください。低すぎると、パンクの原因にもなりますし、走りも重たくなります。
- ・ 各区間のスタート **5分前に簡単なミーティング**をします。必ずレジュメを見ながら参加してください。
- ・ **絶対に無理はしないで下さい**。無理をすると事故に繋がります。
事故を起こすと参加者全員に迷惑を掛けることになります。
- ・ 止まるとき、徐行するときは必ず**手信号を出して**、後続に意志を伝えて下さい。
特に後半は疲れが貯まってきて注意力が落ちますので、しっかりと伝えないと事故に繋がります。
- ・ **テールランプは点けっぱなし**にしてください。トンネルの中だけ点けようとしても忘れてしまいます。
- ・ **隊列を長くしないで下さい**。できれば1グループ4人程までで。隊列が長いと思った場合は、
各自の判断で適当に前車と車間をあけ、列を切ってください。
- ・ ルートは他人任せにせず、**必ず各自でレジメをチェック**して下さい。安易に人を信じないように（笑）
- ・ コースがわからないときには、必ず止まって、わかっている人に尋ねて下さい。
- ・ 万一迷ってしまったときは、店長カワムラの携帯電話に連絡して下さい。
- ・ 昼食の時間は特別設けておりません。各自のペースで、なるべく**まめにエネルギー補給**を行って下さい。
併せて水分もなるべくまめに摂取して下さい。水分をこまめに摂取することで、疲れ方が随分と違ってきます。
- ・ 各区間内でも適当に休憩して下さい。但し、余り長くならないように気を付けて下さい。
各区間の終わりに長い休憩時間を設けてあります。
- ・ 休憩の時は、必ず**ストレッチ**をして下さい。怪我の予防にもなります。
- ・ トイレの箇所はレジメ中に確認できる限り載せてあります。
途中、当分コンビニも公衆トイレも無いところがありますので、休憩時にレジメをチェックして下さい。
- ・ とりあえず使用しない大きな荷物はサポートカーに積んで頂いても構いませんが、
常にサポートカーがそばにいるとは限りませんので、**必要な物は必ず携帯**して下さい。
- ・ もし、パンクをしてしまって直せないで困っている人が居たら、必ず助けてあげて下さい。
- ・ 保険には加入しておりますが、くれぐれも事故には注意して下さい。保険による補償以外は、何らの補償もできません。
- ・ レジメ中の距離は目安とお考え下さい。多少ずれが有ります。
- ・ 集団走行です。ウォークマン等の音楽機器を使用しながらの走行は危険ですので禁止します。

一保険の保障内容

- ・ 死亡、後遺障害 6, 900千円
- ・ 入院保険金日額 5, 000円
- ・ 通院保険金日額 2, 000円

一携帯電話番号

店長カワムラ…………… 090-9868-5952
FUN サポートカー……… 090-8340-0080

第 1 区

約 27 km

道の駅「びわ湖大橋米プラザ」



大中町付近のファミリーマート



7:00 ~ 8:15

★ 区間概要 ★

走りやすい田舎道。アップダウン多少有り。
所々にコンビニあり。
スタートして当分歩道（自転車道）が広いので
なるべくならそっちを走る。
ただしなるべく併走はしないで下さい。

★ 区間詳細 ★

- ・「琵琶湖大橋東詰」を左折（県・559へ）
- ・約3km 地点 左側にセブンイレブン



第 2 区 約 26 km

大中町付近のファミリーマート

道の駅「近江母の郷」



8 : 35 ~ 10 : 05

★ 区間概要 ★

後半やや市街地になるので走行注意。

所々にコンビニ有り。

★ 区間詳細 ★



・約 43km 地点 左側にセブンイレブン

***リレーしてください**



・約 53 km地点

右側にある道の駅「近江母の郷」で休憩

(見過ごしてしまうおそれが有るので誰か立っていること)

第 3 区 約 33km

道の駅「近江母の郷」
↓
「塩津浜」のローソン

10:25 ~ 12:00

★ 区間概要 ★

後半やや市街地になるので走行注意。
所々にコンビニ有り。

★ 区間詳細 ★



・約 70km 地点、右側に道の駅「湖北みずどりステーション」

「片山トンネル」は必ず車道を行くこと！



約 40 km

「塩津浜」のローソン



近江今津駅近くのセブンイレブン

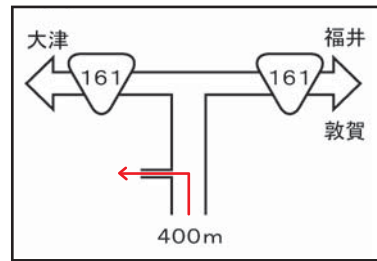
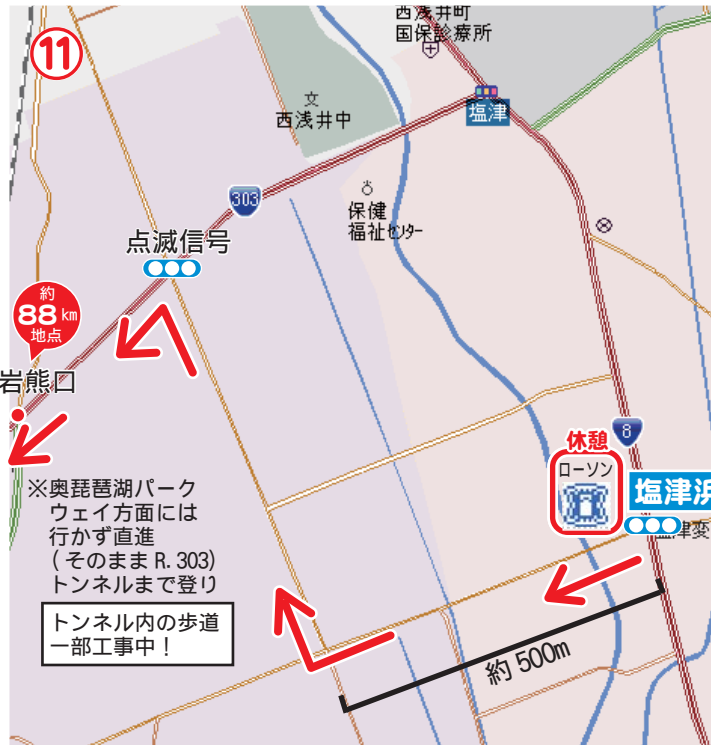


12:40 ~ 14:20

★ 区間概要 ★

全体的にルートがわかりにくいので注意が必要。
登りに比べて、ダラダラと長い下りが続く。
コンビニは少ない。

★ 区間詳細 ★



手前に案内標識、
今津方面へ

非常にわかりにくいので
注意が必要
R.161との交差点
「海津」まで行くと
行き過ぎ



- ・先の左折地点から約 1 km、レストランの向かい側（左側）に公衆トイレ
- ・約 108 km地点、「南新保」左のセブンイレブンで休憩

第 5 区 約 26 km

近江今津駅近くのセブンイレブン



北小松付近のセブンイレブン



14:50 ~ 16:10

★ 区間概要 ★

後半R. 161 に合流すると交通量が急に増えるので、走行に注意が必要。R. 161 に合流するまでコンビニは無いので、事前に補給食・水等を用意しておくこと。

★ 区間詳細 ★

- ・「木津」でR.548 から風車街道（県.333）に乗り換え（Y字路をほぼ道なりに）
- ・約 117 km地点、右に道の駅「しんあさひ風車村」
近くに公衆トイレあり



- ・ 約 133 km地点 左側にローソン



集落の中の細い道を道なりに進む

湖畔沿いの細い道に出る



第 6 区 約 19 km

北小松付近のセブンイレブン
↓
道の駅「びわ湖大橋米プラザ」

 16:30 ~ 17:40

★ 区間概要 ★

赤色舗装のサイクリングロードに行く。最後の方は基本的に高架沿いの細い道。やや解りづらいので注意が必要。地図を要チェックのこと。

★ 区間詳細 ★

- ・赤色舗装のサイクリングロードに行く。
途中から湖西線沿いになる。高架に対して左右が時々入れ替わる
- ・「近江舞子駅」付近注意。赤色舗装のある方へ行く。



- ・約 145 km (162 km) 地点、左側に公衆トイレ

