

春の淡路島一周サイクリング

開催日：平成28年3月20日(日)

予備日：平成28年3月21日(月・祝)

到着 出発 距離

タイムスケジュール

5:30			新森ロータリー出発 集合時間ではありません。出発時間ですので間に合うようにお集まり下さい。出発したら淡路に直行します。 途中コンビニ等には寄りませんので、朝食等は事前にご用意下さい。
6:40			県立淡路島公園A1駐車場到着
7:05			ブリーフィング
7:20		約 0 km 地点	淡路島公園出発
8:50	9:10	約 24 km 地点	① 八淨寺 (大黒天)
9:40	9:50	約 34 km 地点	② 宝生寺 (寿老人)
10:10	10:25	約 42 km 地点	ローソン 洲本下内膳店 / 平野パン 休憩
11:15	11:25	約 55 km 地点	③ 覚住寺 (毘沙門天)
先昼組	11:50	約 60 km 地点	「いぶし銀」 昼食
先昼組	12:50	約 62 km 地点	④ 万福寺 (恵美酒)
後昼組	11:55		
先昼組	13:10	約 64 km 地点	⑤ 護国寺 (布袋尊)
後昼組	12:15		
後昼組	12:35		「いぶし銀」 昼食
	14:45	約 85 km 地点	⑥ 長林寺 (福祿寿)
	15:40	約 90 km 地点	⑦ 智禅寺 (弁財天)
	16:35	約 98 km 地点	「郡家」近くのローソン 休憩
18:20		約 126 km 地点	県立淡路島公園A1駐車場帰着
18:50			駐車場出発 温泉へ
19:00			温泉&夕食
20:30			温泉出発
22:00			回転木馬帰着・解散

タイムスケジュールは、あくまで目安と思ってください。

実際の走行に際しては、このタイムスケジュールに捕らわれないようにして下さい。

回転木馬から淡路島までは、車に乗り合いしていきます

往路

阪神高速森小路IC→阪神高速1号環状線→
阪神高速3号神戸線→第2神明道路→
神戸淡路鳴門自動車道(明石大橋)→淡路IC→
県立淡路島公園A1駐車場

複路

県立淡路島公園A1駐車場→美湯 松帆の郷→淡路IC→
神戸淡路鳴門自動車道(明石大橋を渡ってすぐの分岐を左に入っていく)→
第2神明道路→阪神高速3号神戸線→阪神高速1号環状線→
阪神高速森小路IC→GS→回転木馬

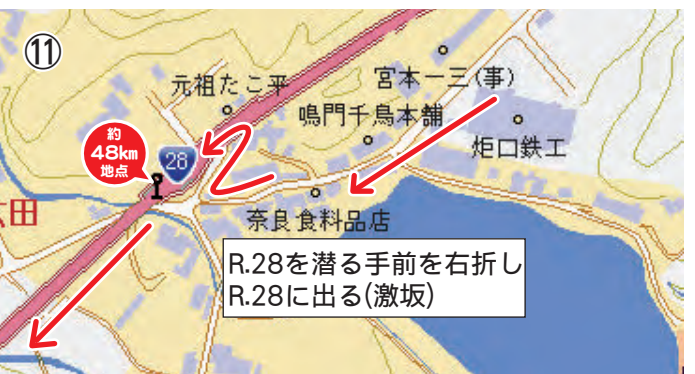
走行上の注意事項

- ・ヘルメット・グローブ・前後のライトは必ず装備して下さい。
- ・コースは天候等によって変更される場合があります。
- ・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。
事故を起こすと全員に迷惑が掛かります。
- ・止まるとき、徐行するときには必ず手信号を出して、後続に意志を伝えて下さい。
特に後半は疲れが溜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。
- ・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。
- ・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。
- ・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。
- ・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。

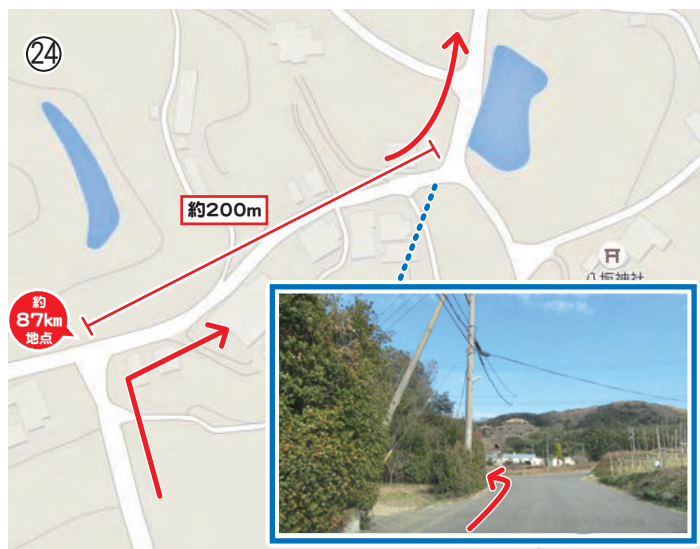
－ 保険の保障内容 －

- ・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









勢いで下ってしまわないように注意！

②9



ショートカットコース



約126km地点 18:20 「県立淡路島公園」A1駐車場 GOAL!
18:50 温泉に向けて出発

全体図

