

※コースのほとんどが悪路ですので、事前に下見をすることを勧めます。

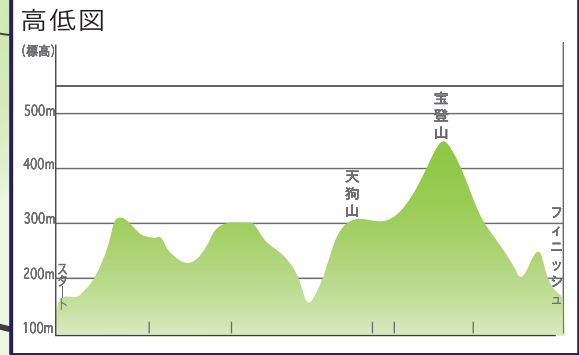
※交互通行の箇所がありますので、ご注意ください。

※環境保護の為、杖やストックの使用はご遠慮ください。

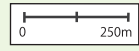
※一般の登山客もいらっしゃいますので、マナーを守り、安全な走行を心掛けてください。

長瀬アルフストレイルレース

コースマップ



	一般の部 (約 16 km)	450(m)
	ジュニアの部 (約 3 km)	400
	未舗装路	350
	舗装路	300
	5Km キロポスト	250
	給水ポイント	200
		150



この区間は、道幅が狭くなっておりますので、左側を通行し、速い選手を優先してください。

チェックポイント

ジュニアの部
並走区間 (3 km)

受付、スタート、ゴール会場
・着替え、荷物預かり
・駐車場 (参加者当日無料)
[会場：宝登山ロープウェイ駐車場]

