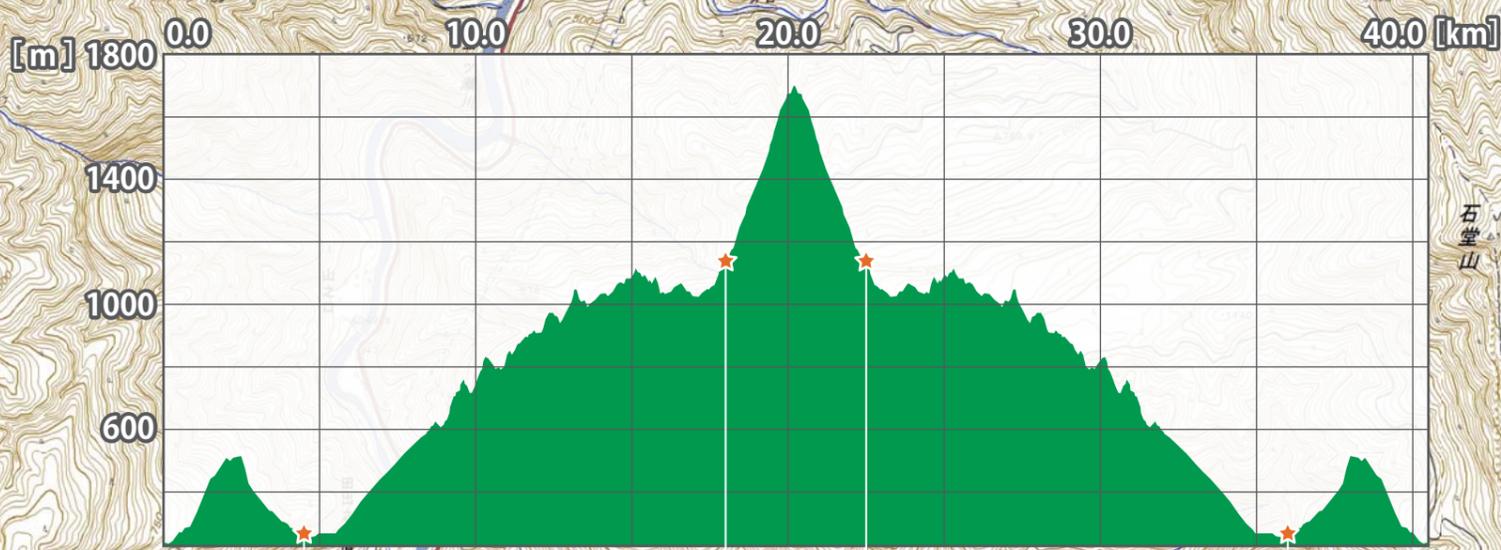
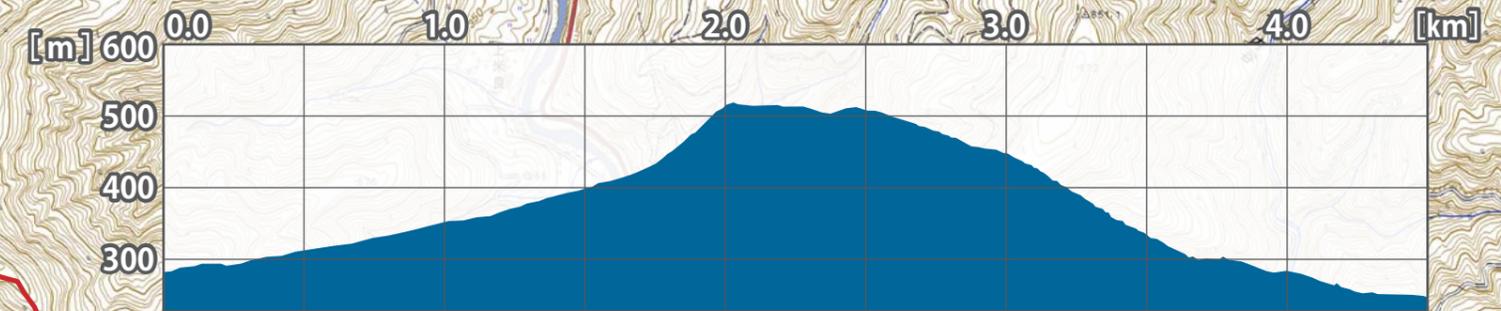
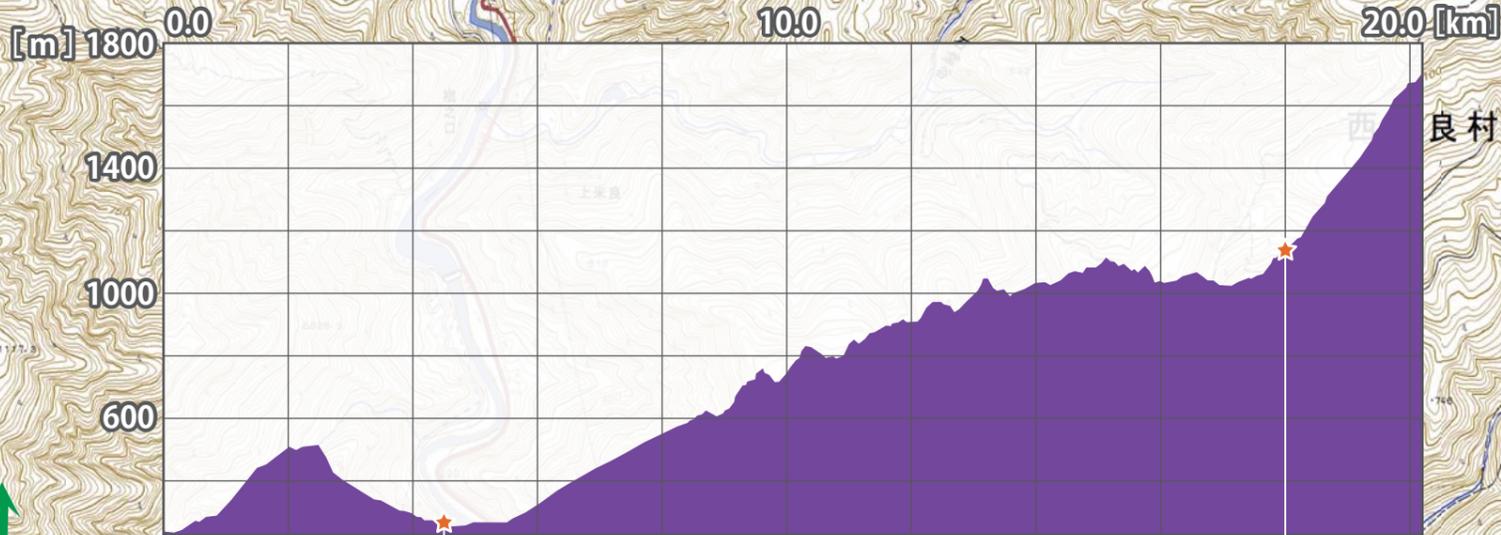


市房山山頂  
 [折り返し] 20.25km地点  
 [Vertical] FINISH (13:30)



市房山避難小屋  
 A2 第1関門 (12:00)  
 [往路] 18km地点  
 A3 第2関門 (13:45)  
 [復路] 22.5km地点  
 A2 関門 (12:15)  
 18km地点



竹原地区公民館  
 A1 [往路] 4.5km地点  
 A4 第3関門 (16:00)  
 [復路] 36km地点  
 A1 4.5km地点  
 [Short] START (10:00)

村所バス停  
 [Long] START (8:00)  
 [Long] FINISH (17:00)  
 [Vertical] START (8:30)  
 [Short] FINISH

■ロング… 距離 40.5km / 累積標高 3,164m / 制限時間 9時間  
 ■バーティカル… 距離 20.2km / 累積標高 2,360m / 制限時間 5時間  
 ■ショート… 距離 4.5km / 累積標高 260m / 制限時間 なし

← ロングコース往路  
 ← バージカルコース  
 ← ロングコース復路  
 ← ショートコース