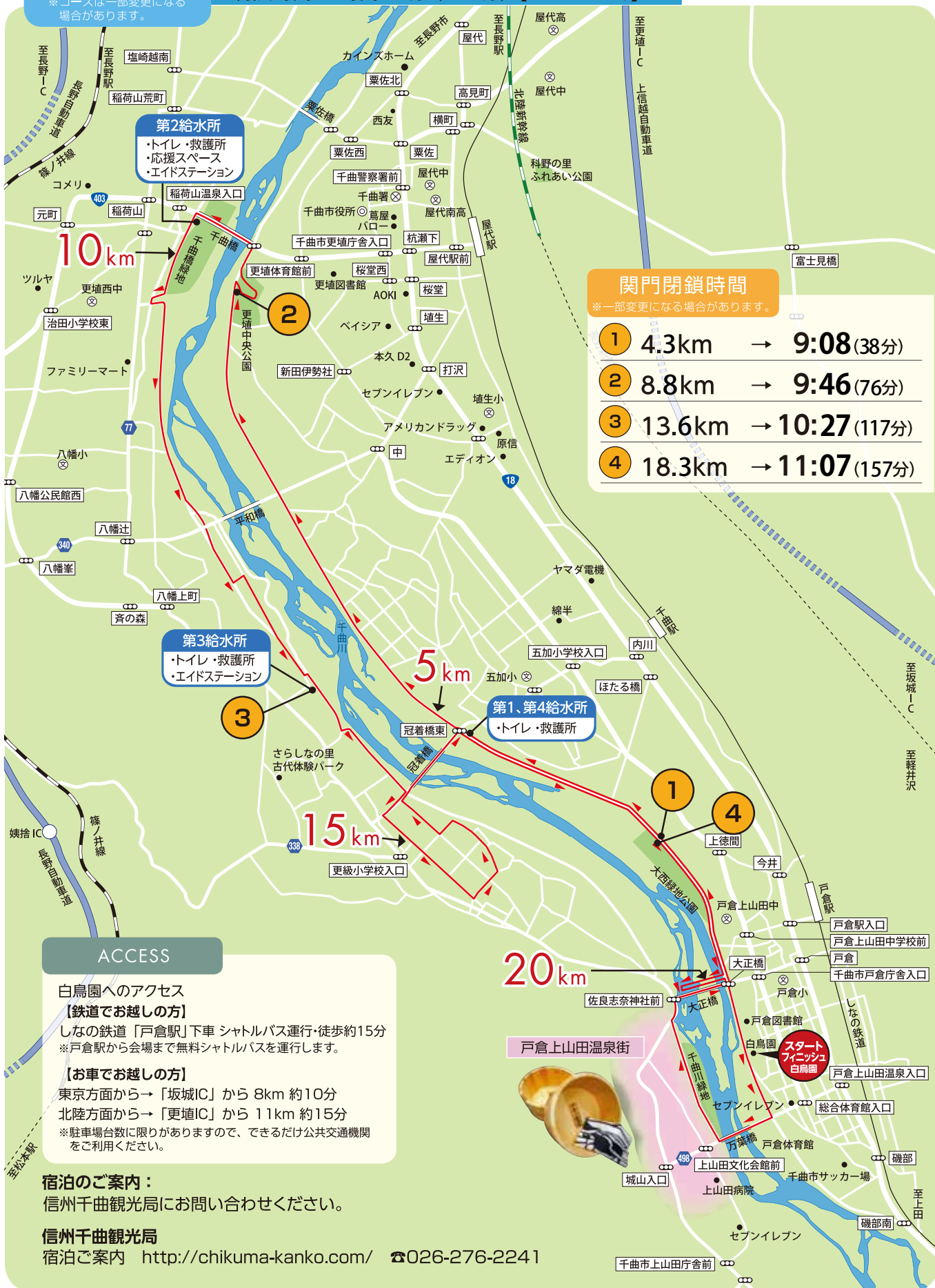


コースマップ

※コースは一部変更になる場合があります。

制限時間：3時間00分(180分)【11:30まで】



関門閉鎖時間

※一部変更になる場合があります。

1	4.3km	→	9:08	(38分)
2	8.8km	→	9:46	(76分)
3	13.6km	→	10:27	(117分)
4	18.3km	→	11:07	(157分)

ACCESS

白鳥園へのアクセス

【鉄道でお越しの方】

しなの鉄道「戸倉駅」下車 シャトルバス運行・徒歩約15分
 ※戸倉駅から会場まで無料シャトルバスを運行します。

【お車でお越しの方】

東京方面から→「坂城IC」から8km 約10分
 北陸方面から→「更埴IC」から11km 約15分
 ※駐車場台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

宿泊のご案内：

信州千曲観光局にお問い合わせください。

信州千曲観光局

宿泊ご案内 <http://chikuma-kanko.com/> ☎026-276-2241

20km



スタート
フィニッシュ
白鳥園