

CUE	PC	距離	PC区間	総距離	ポイント(Sは信号)	形状	進路	信号	道路	[行先表示標識]Guide	OPEN	CLOSE
1	Start	0.0	0.0	0.0	スタート：信州スカイパーク 野と花のゾーン・ワイルドフラワー園					信州スカイパーク 野と花のゾーン・ワイルドフラワー園 (公園内は徐行)	2025/4/5 7:00	2025/4/5 7:30
2		0.3	0.3	0.3		┘	左		市道	公園地下トンネルへ		
3		0.6	0.9	0.9		┘	右		市道,K298,市道	集落に入るとだんだん道幅が狭くなる		
4		3.9	4.8	4.8		+	直進		市道	変形十字路 左全方へ 横断注意		
5		0.9	5.7	5.7		+	左		市道	北新井橋を渡る		
6		2.4	8.1	8.1		┘	右		市道	集落に入ると道幅が狭くなる		
7		0.3	8.4	8.4	S「高綱中学校西」	+	左	○	市道	集落に入ると道幅が狭くなる		
8		2.1	10.5	10.5		┘	左		市道	右側手前 一ノ瀬製作所		
9		1.0	11.5	11.5	S「小宮団地北」	┘	右	○	市道	[長野・大町] 梓川堤防道路		
10		1.4	12.9	12.9	S「梓橋東」	+	左	○	K48,K278, K316,R147	[大町・豊科] 梓橋を渡る		
11		8.4	21.3	21.3	S「征矢町南」	Y	左	○	市道,K309,市道	[穂高市街]		
12		3.3	24.6	24.6		┘	左		R147			
13		1.3	25.9	25.9	S「北穂高」	+	左	○	K25	[中房温泉・穂高温泉豪]		
14		1.1	27.0	27.0	S「耳塚」	+	右	○	市道	だんだん道が細くなる		
15		2.8	29.8	29.8		┘	右		市道	安曇野スケッチロードへ		
16		3.7	33.5	33.5		┘	左		市道			
17		0.1	33.6	33.6	S「すずむし荘前」	+	右	○	K306			
18		2.5	36.1	36.1	フォトチェック1 道路左側にある彫刻の写真を撮る		左側		K306,市道	道路左側にある彫刻の写真を撮る	参考	2025/4/5 9:48
19		13.2	49.3	49.3	S「木崎湖入口」	+	直進	○	市道	[木崎湖・木崎湖温泉] 国道は跨ぐ 木崎湖畔へ		
20		1.5	50.8	50.8		┘	左		R148	合流注意		
21		4.8	55.6	55.6	S「やなば」	┘	左	○	K324	斜め左 中綱湖畔へ		
22		1.2	56.8	56.8		┘	左		K324			
23		0.0	56.8	56.8		+	左		市道	青木湖畔へ、佐野坂トンネルは前後ライト点灯		
24		3.2	60.0	60.0	S「佐野坂」	+	直進	○	市道	[長野・美麻]		
25		3.6	63.6	63.6	S「土合橋南」	┘	左	○	K33,市道	[白馬岳・猿倉・八方尾根]		
26	PC1	5.7	69.3	69.3	S「八方」 PC1：ローソン 信州白馬八方店	+	右	○	K322	[国道148号・白馬駅] PCは右側 買い物をしてレシートを取得・保管	2025/4/5 9:02	2025/4/5 11:36
27		1.6	1.6	70.9	S「白馬駅前」	┘	右	○	R148	[松本・大町] 正面に白馬駅		
28		2.7	2.7	73.6		Y	左		市道	正面高架をくぐる前に左折		
29		0.6	0.6	74.2		┘	左		市道	踏切渡る		
30		0.0	0.0	74.2		┘	右		市道	踏切渡った直後		
31		0.2	0.2	74.4	S「飯森」	+	右	○	R148			
32		5.9	6.1	80.3	S「佐野坂」	+	右	○	市道	[青木湖]		
33		3.1	9.2	83.4		+	左		市道,K324			
34		0.0	9.2	83.4		┘	左		K324	中綱湖畔へ		
35		1.3	10.5	84.7	S「やなば」	┘	右	○	R148	検知式信号機 バイパス合流		
36		4.7	15.2	89.4		┘	右		市道	木崎湖畔へトンネルに入らない、国道横断注意		
37		1.5	16.7	90.9	S「木崎湖入口」	+	左	○	R148,K31,K474	[松本・大町市街]		

CUE	PC	距離	PC区間	総距離	ポイント(Sは信号)	形状	進路	信号	道路	[行先表示標識]Guide	OPEN	CLOSE
38		4.6	21.3	95.5	S	+	左	○	市道	正面に信濃大町駅		
39		0.2	21.5	95.7		+	右		市道,K51	踏切渡る		
40		3.9	25.5	99.6		+	右		市道	左：信濃百姓や 高瀬川左岸堤防道路へ		
41		5.2	30.7	104.8		Y	左		市道	アンダーパスへ高瀬川大橋ぐり堤防道路へ		
42		9.4	40.1	114.2		+	右		K85	安曇橋渡る 横断注意		
43		0.3	40.4	114.5	S「安曇橋南」	+	左	○	市道	観光渋滞注意		
44		5.2	45.6	119.7	S「寺所北」	+	左	○	市道	観光渋滞注意		
45		1.7	47.3	121.4		Y	左		市道,K57	旧田沢橋へ(歩行者・自転車専用道)		
46		1.1	48.4	122.5	S「田沢」	+	右	○	R18	[松本] 正面に田沢駅		
47		6.1	54.5	128.6	S「新橋」	+	左	○	K295	[松本市街・浅間温泉] 松本市街へ		
48		1.3	55.8	129.9		Y	左		市道	一方通行 松本城へ		
49		1.0	56.8	130.9	S「市役所北」	+	右	○	市道	[塩尻・長野道・P市営] 松本城お堀沿い		
50		0.3	57.1	131.2		+	右		市道	[長野道・塩尻・P市営] 松本城お堀沿い		
51	PC2	0.1	57.2	131.3	S「松本城」 PC2：ファミリーマート 松本城前店	+	左	○	市道	[塩尻・P市営] PCは左側 買い物をしてレシートを取得・保管	2025/4/5 10:51	2025/4/5 15:44
52		0.3	0.3	131.6		+	左		市道	千歳橋を渡り 中町通りへ、細い一方通行		
53		0.2	0.5	131.8		+	右		市道,K289	変形十字路 右：井戸汲み場,中町蔵シツク館		
54		3.4	3.9	135.2	S「寿橋西」	Y	左	○	K289	堤防へ登る ([片丘・寿] 小さい青看板)		
55		0.2	4.1	135.4	S「寿橋」	+	左	○	K289,K288	寿橋渡り田川右岸へ、橋を渡って道なり右折		
56		1.8	5.8	137.2		+	左		K288,K287, K288,市道, K288	左側：スーパーデリシア 道狭く、出会い頭に注意		
57		6.0	11.8	143.2	S「宮村」	+	右	○	K63			
58		0.2	12.0	143.4	S「宮村南」	+	左	○	市道	長野道側道		
59		1.5	13.5	144.9		+	右		市道	長野道側道		
60		1.4	14.9	146.3	S「長畝」	+	左	○	R20	塩尻峠		
61		9.7	24.6	156.0	S「20号バイパス入口」	+	直進	○	R20	[佐久・岡谷IC] 高速高架下 バイパス 岡谷IC方面へ直進 長地トンネルライト点灯,トンネル内歩道走行推奨		
62		3.0	27.6	159.0	S「湖北トンネル南」	+	右	○	K14	[伊那・辰野]		
63		0.3	27.9	159.3	S「山ノ手橋」	+	左	○	市道	道狭く、出会い頭に注意		
64		1.7	29.6	161.0		+	左		市道	後ろ諏訪大社春宮の鳥居 旧中山道,坂登る		
65		0.1	29.7	161.1		+	右		市道	旧中山道,ヘアピンカーブの先端		
66		0.2	29.9	161.3		+	直進		市道	水路工事中 歩行者用通路を通る		
67		0.8	30.7	162.1	フォトチェック2 諏訪大社秋宮の鳥居の写真を撮る	+	直進		市道	諏訪大社秋宮前 旧甲州街道道狭く、出会い頭に注意	参考	2025/4/5 17:48
68		0.6	31.3	162.7		+	右		市道	「日本福音ルーテル諏訪教会」の看板		
69		0.1	31.4	162.8	S「富部」	+	左	○	R20			
70		0.7	32.1	163.5	S「高浜」	+	右	○	K185	諏訪湖畔へ		
71		0.1	32.2	163.6	S「高浜」	+	左	○	市道,K50	諏訪湖畔を時計回り		

CUE	PC	距離	PC区間	総距離	ポイント(Sは信号)	形状	進路	信号	道路	[行先表示標識]Guide	OPEN	CLOSE
72		6.8	39.0	170.4	S「石舟渡」	+	右	○	K16	[岡谷] 諏訪湖畔を時計回り		
73	PC3	0.9	39.9	171.3	PC3：ファミリーマート 岡谷湊湖畔店		左側		K16	PCは左側 買い物をしてレシートを取得・保管	2025/4/5 12:02	2025/4/5 18:24
74		3.3	3.3	174.6		┃	右		K16	天竜橋(2つ目の赤い橋)渡る,道なり		
75		0.5	3.8	175.1	S「丸山橋」	+	左	○	市道	中央本線渡る、岡谷駅方面へ		
76		0.4	4.2	175.5	S「岡谷駅前」	┃	右	○	K13	[伊那・辰野] 左に岡谷駅		
77		0.1	4.3	175.6	S「本町1丁目」	┃	左	○	K14	[伊那・辰野] ここで横断して右側歩道を歩いたほうが安全		
78		0.1	4.4	175.7		┃	右		市道	横断注意 この先道狭くふらつき注意		
79		0.5	4.9	176.2		+	左		市道	登る		
80		0.6	5.5	176.8		+	左		市道	やまびこ公園へ		
81		1.7	7.2	178.5		┃	左		K254	右：公園ロータリー		
82		1.1	8.3	179.6		┃	左		市道	勝玄峠 塩嶺王城パークライン 途中一方通行に注意 3/31まで冬期閉鎖中		
83		6.1	14.4	185.7		Y	右		市道	下り坂の途中,右折先に古い神社鳥居		
84		0.3	14.7	186.0		┃	左		市道	右：小野公園		
85		0.1	14.8	186.1		┃	左		市道	左折後橋渡って踏切渡る(中央本線)		
86		0.2	15.0	186.3	S「しだれ栗入口」	+	右	○	R153	押ボタン式信号で渡る,左奥：小野酒造		
87		0.3	15.3	186.6	通過チェック：ファミリーマート JA小野たのめ店	┃	左側		R153	買い物をしてレシートをもらう 時間制限なし 鳥善知峠	参考	2025/4/5 19:28
88		8.9	24.2	195.5	S「下大門」	+	直進	○	K301,K282	[塩尻駅]変形十字路 直進,塩尻市街へ		
89		1.9	26.1	197.4	S「桔梗ヶ原口」	┃	右	○	市道	塩尻駅南側アンダーパス通過		
90		0.5	26.6	197.9	S	+	左	○	市道	R19渡った次の信号		
91		0.6	27.2	198.5		┃	左		市道			
92		0.8	28.0	199.3		┃	左		市道	左側：ファミリーマート		
93		1.0	29.0	200.3		┃	右		市道			
94		0.9	29.9	201.2		+	左		市道			
95		0.3	30.2	201.5		┃	右		市道			
96		0.2	30.4	201.7		┃	左		市道	河岸段丘登る		
97		0.4	30.8	202.1		+	右		市道			
97	Finish	0.8	31.6	202.9	ゴール：信州スカイパーク 野と花のゾーン・ワイルドフラワー園	┃	左			信州スカイパーク 野と花のゾーン・ワイルドフラワー園 (公園内は徐行)	2025/4/5 12:53	2025/4/5 20:30