

自転車長距離走 サマーキャンプ 松本～白馬コース (2013年～ 新コース)

番号	距離				地点	進行方向		備考
	区間	標準	ハーフ	ロング		どっち	右左折	
1					松本空港滑走路西側 駐車場スタート		直進	左折し、滑走路下をトンネルでくぐる
2	0.09	0.09	同左	同左	公園から県道へ出る	←	左折	
3	0.71	0.80			空港入口交差点	→	右折	空港沿い沿いに走る
4	3.09	3.89			岩垂原交差点		直進	以前はここを右折、今年から直進。高原野菜畑
5	3.53	7.42			農道終点T字路(上高地方面の案内板)	→	右折	農道終点でT字路。復路ここ曲がる！県道292号へ
6	1.82	9.24			役場入り口交差点(エネオスのスタンド)	←	左折	左角に農協の経営するガソリンスタンド
7	0.30	9.54			朝日村役場	→	右折	古い木造2階建。その先信号を右に。上高地方面
8	4.86	14.40			中大池交差点		直進	ここで昨年のコースに合流。高山、波田方面
9	1.42	15.82			山形村役場・ドームの先(信号なし)	←	左折	県道25号高山、波田方面 曲がると右にスバル店
10	4.63	20.45			松本電鉄 波田駅前		直進	ここまで県道25号、道細いが心配なし
11	0.18	20.63			踏切を渡り 国道158号波田T字路	→	右折	突き当たり波田小学校を松本方面へ
12	0.08	20.71			すぐ先のクリーニング店角を左へ	←	左折	国道に入って80m先左、見落とすな
13	0.29	21.00			波田情報文化センター、図書館		直進	そのまま直進、この先下り坂、県道25号
14	1.14	22.14			梓川を渡った先のT字路	→	右折	信号なし、右折し、豊科方面はへ
15	0.89	23.03			立田上手町交差点	←	左折	左角食料品店、県道25号を大町方面へ、上り坂
16	1.80	24.83			大宮熱田神社前		直進	リンゴ畑を道なりに上る。梓川ふるさと公園から下り
17	4.62	29.45			室山を左折(下りの途中で信号なし)	←	左折	曲がると小倉郵便局有、見落とし注意
18	0.14	29.59			小倉郵便局		直進	この先、山麓を進む 県道25号
19	7.62	37.21			烏川橋交差点	←	左折	うっかり直進注意、手前に浅川石材
20	2.00	39.21			牧郵便局先 変形Y字路を直進		直進	信号なし、穂高温泉郷方面直進、右には行くな
21	4.45	43.66			宮城(みやしろ)交差点、穂高温泉郷		直進	角に「旅館山のたこ平」の看板、ここから県道306号
22	3.97	47.63			信号のない小さな交差点	←	左折	大町方向へ
23	1.26	48.89			いわさきちひろ美術館		直進	公園併設、トイレ有り
24	10.82	59.71			高瀬川 蓮華大橋 手前交差点		直進	激流の高瀬川にかかる大きな橋
25	1.81	61.52			直角カーブ(2つあり)		左→右	道なりに直角カーブを2つ進む
26	0.86	62.38			セブンイレブン大町大原店	→	右折	休憩(トイレ有り) そろそろ暑くなる 県道45号へ
27	1.53	63.91			国道148号 俵町1丁目交差点	←	左折	4車線の広い国道
28	0.27	64.18			国道148号 南借馬交差点		直進	直進し、JR線路の下をくぐる。ここから県道31号
29	0.58	64.76			三日町北交差点		直進	標準コースと200kmコースは直進
30	4.67	69.43		69.43	大町スキー場		直進	標準コースは直進
31	1.23	70.66		70.66	新行交差点		直進	標準コースは直進
32	5.67	76.33		76.33	青具交差点 T字路	←	左折	標準コースは直進
33	2.56	78.89		78.89	美麻トンネル入口		直進	標準コースは直進
34	6.62	85.51		85.51	飯森(いいもり)陸橋北交差点を直進		直進	標準コースは直進
35	3.10	88.61		88.61	八方尾根の交差点(右角にローソン)	→	右折	標準コース180kmの折り返し点、200kmは直進
長1	0.43			89.04	ベルクトール丸北の看板先T字路右折	→	右折	標準コースは直進
長2	1.64			90.68	岩岳スキー場先折800mの看板先左折	←	左折	標準コースは直進
長3	0.75			91.43	岩岳スキー場前一時停止の交差点直進		直進	標準コースは直進
長4	4.36			95.79	樽池のお土産店街のT字路を左折	←	左折	標準コースは直進
長5	0.48			96.27	樽池スキー場 Gondola 高原駅前		直進	標準コースは直進
長6	0.61			96.88	直進し、スキー場第2駐車場先交差点	→	右折	標準コースは直進
長7	0.84			97.72	塩の道に合流するT字路	←	左折	標準コースは直進
長8	0.41			98.13	塩の道 牛方宿		直進	標準コースは直進
長9	0.48			98.61	スノーシェッド		直進	標準コースは直進
長10	2.67			101.28	国道148号にぶつかるT字路	→	右折	標準コースは直進
長11	2.97			104.25	JR白馬大池駅前		直進	標準コースは直進
36	5.86	90.20		110.11	JR白馬駅前 国道148号		ロングは直進 標準は右折	ロング200kmコースは千国から148号を南へ直進 標準180kmコースは、八方から来てここを右折
37	2.67	92.87		112.78	飯森(いいもり)立体交差橋の下をくぐる		直進	標準コースは直進
38	8.98	101.85		121.76	青木湖畔 ヤナバスキー場		直進	標準コースは直進
28	10.26	112.11		132.02	南借馬交差点(往路にも通過！)	←	左折	標準コースは直進
29	0.58	112.69	64.76	132.60	三日町北交差点(往路にも通過！)	→	右折	標準コースは直進
39	2.98	115.09	67.74	135.58	大町警察署前交差点	←	左折	標準コースは直進
40	11.32	126.41	79.06	146.90	道の駅池田		直進	標準コースは直進
41	6.70	133.11	85.76	153.60	国道19号塔ノ原交差点に突き当たる	→	右折	標準コースは直進
42	5.68	138.79	91.44	159.28	JR田沢駅前スクランブル交差点	→	右折	標準コースは直進
43	1.50	140.29	92.94	160.78	長野道安曇野インター入口交差点		直進	標準コースは直進
44	0.42	140.71	93.36	161.20	安曇野インター西交差点	←	左折	標準コースは直進
45	1.87	142.58	95.23	163.07	県立こども病院		直進	標準コースは直進
46	3.19	145.77	98.42	166.26	国道147号 真々部交差点		直進	標準コースは直進
47	0.55	146.32	98.97	166.81	JR大糸線の下をくぐり、突当りT字路を右	→	右折	標準コースは直進
48	1.61	147.93	100.58	168.42	一日市場(南)交差点	←	左折	標準コースは直進
49	3.37	151.30	103.95	171.79	北大妻交差点の先、信号のないT字路	→	右折	標準コースは直進
50	0.62	151.92	104.57	172.41	梓川小学校交差点		直進	標準コースは直進
15	1.60	153.52	106.17	174.01	立田上手町交差点		直進	標準コースは直進
14	0.89	154.41	107.06	174.90	梓川を渡る手前のT字路	←	左折	標準コースは直進
12	1.43	155.84	108.49	176.33	クリーニング店角を右へ	→	右折	標準コースは直進
11	0.08	155.92	108.57	176.41	国道158号 波田小学校前交差点	←	左折	標準コースは直進
9	4.81	160.73	113.38	181.22	山形村役場手前のT字路(信号なし)	→	右折	標準コースは直進
9	6.28	167.01	119.66	187.50	朝日村役場	←	左折	標準コースは直進
7	0.30	167.31	119.96	187.80	役場入り口交差点(エネオスのスタンド)	→	右折	標準コースは直進
無番	0.66	167.97	120.62	188.46	保育園先、信号のないY字路	→	右折	標準コースは直進
5	1.16	169.13	121.78	189.62	農道終点T字路(最難関、目印なし！)	←	左折	標準コースは直進
3	6.62	175.75	128.40	196.24	空港入口交差点	←	左折	標準コースは直進
1	0.80	176.55	129.20	197.04	松本空港滑走路西側 駐車場ゴール	→	右折	標準コースは直進