A TYPE SWIM 2.25 km ▲ BIKE 70.0 km ▲ RUN 18.0 km

TOTAL 90.25 km

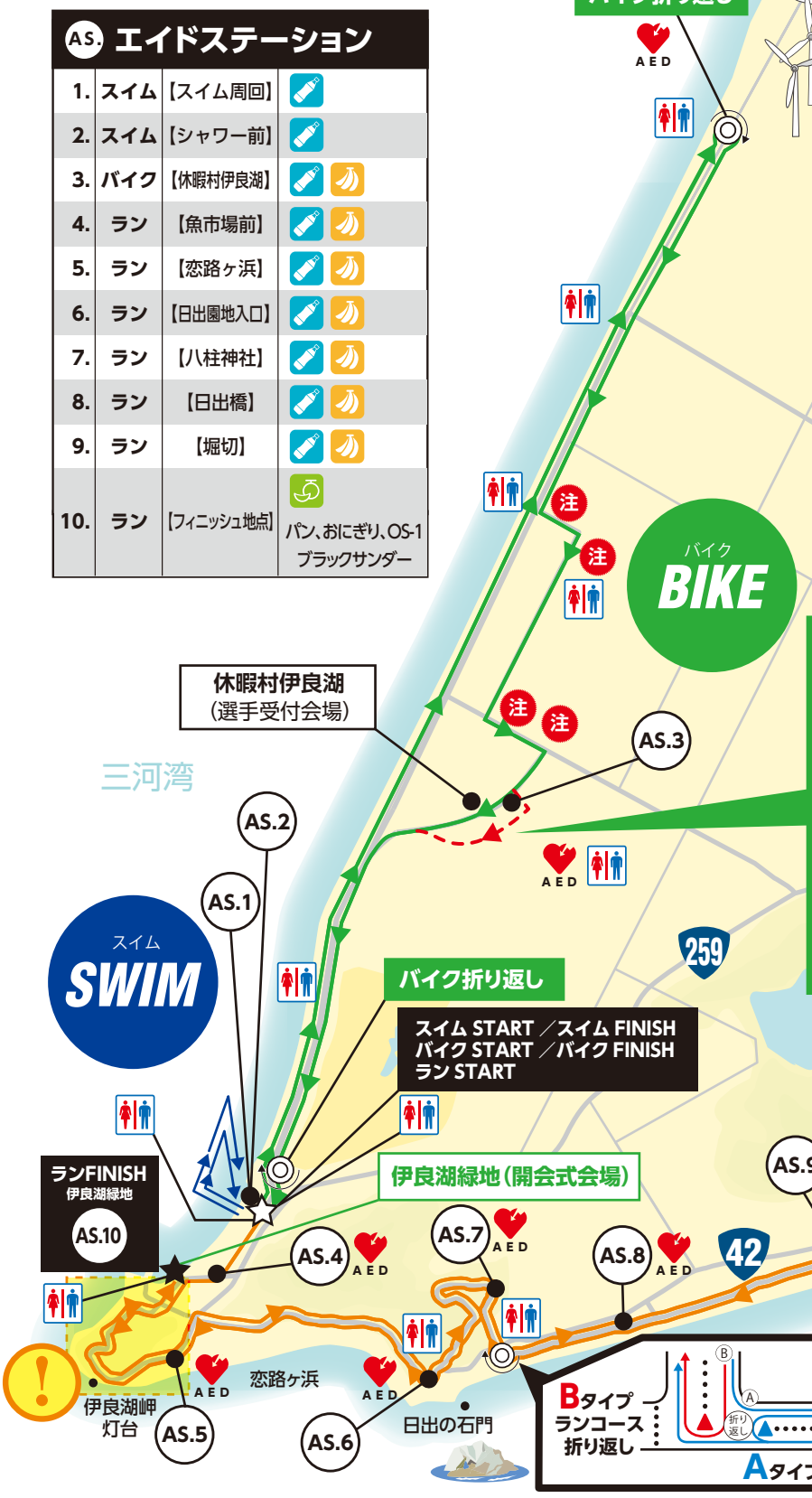
B TYPE SWIM 1.5 km ▲ BIKE 42.0 km ▲ RUN 10.0 km

TOTAL 53.5 km

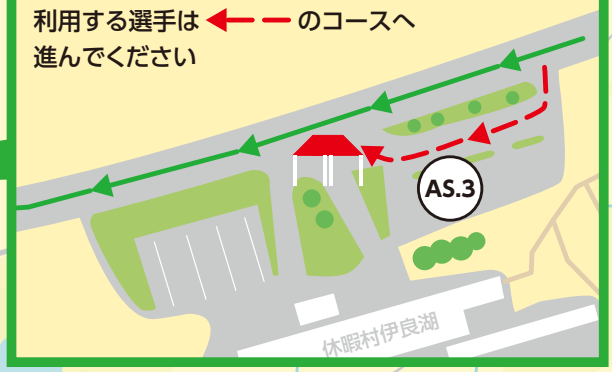
AS. エイドステーション

1.	スイム	【スイム周回】	
2.	スイム	【シャワー前】	
3.	バイク	【休暇村伊良湖】	
4.	ラン	【魚市場前】	
5.	ラン	【恋路ヶ浜】	
6.	ラン	【日出園地入口】	
7.	ラン	【八柱神社】	
8.	ラン	【日出橋】	
9.	ラン	【堀切】	
10.	ラン	【フィニッシュ地点】	パン、おにぎり、OS-1 ブラックサンダー

ランコース伊良湖岬灯台付近の往路・復路が別ルートになりました!



レース中にエイドステーションを利用する選手は ← ― のコースへ進んでください



凡例

- 注 直角カーブ (4か所)
- AED 自動体外式除細動器
- トイレ
- AS. エイドステーション
- 折り返し