

コースデータ

SUGADAIRA50K+ ※参考データ

沿面距離：約52.5km

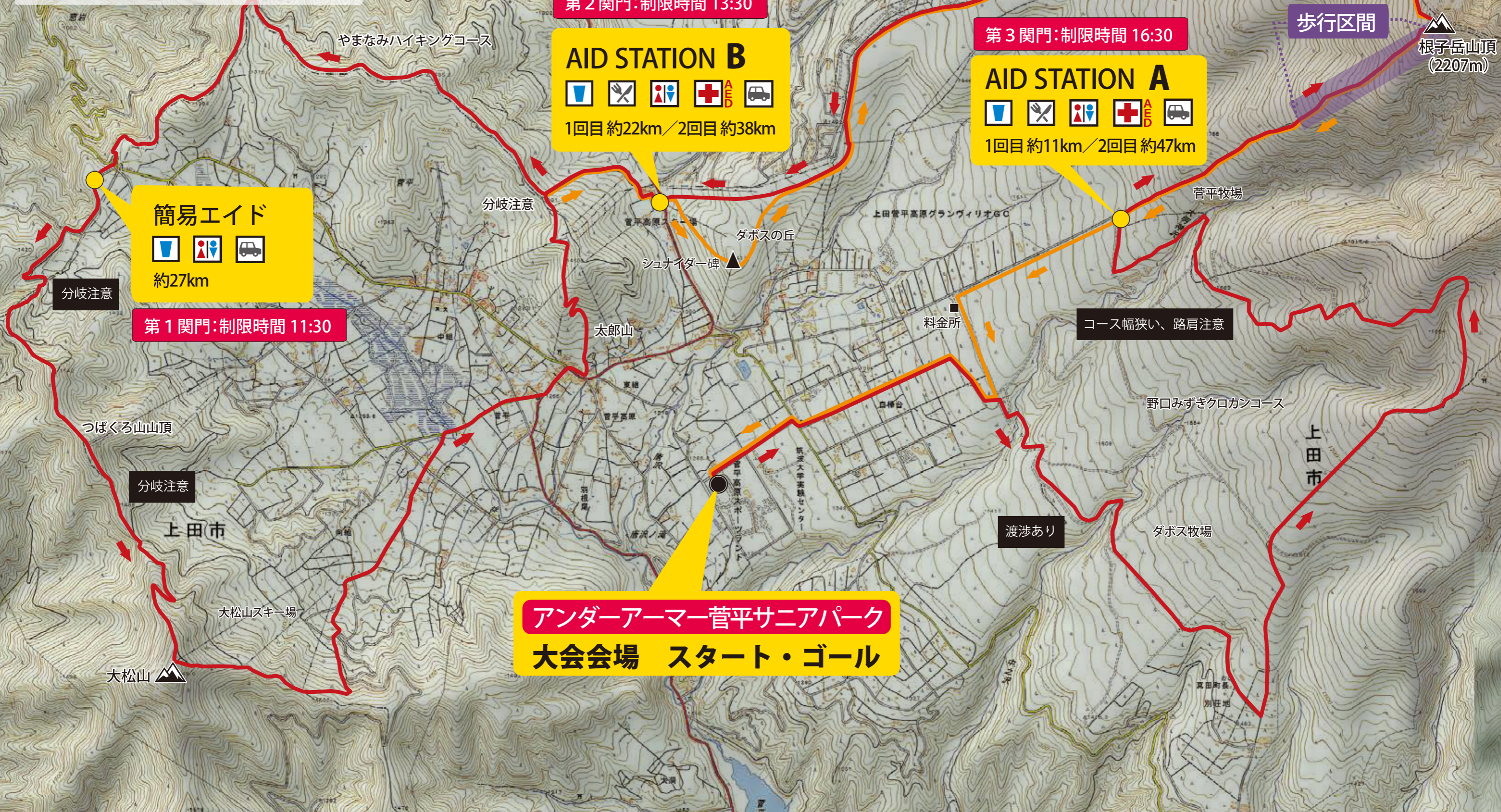
累積標高：約3,129m

最高地点：約2,207m (根子岳山頂)

往路

復路

※コースは状況により変更する場合があります。



第2 関門: 制限時間 13:30

AID STATION B

1回目約22km / 2回目約38km

Icons: Water, Fork and knife, Person with backpack, First aid, AED, Car

第3 関門: 制限時間 16:30

AID STATION A

1回目約11km / 2回目約47km

Icons: Water, Fork and knife, Person with backpack, First aid, AED, Car

簡易エイド

約27km

Icons: Water, Person with backpack, Car

第1 関門: 制限時間 11:30

アンダーアーマー菅平サニアパーク
大会会場 スタート・ゴール

歩行区間

根子岳山頂
(2207m)

足元悪い、浮石注意

コース幅狭い、路肩注意

渡渉あり

分岐注意

分岐注意

分岐注意

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

ダボス牧場

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

避難小屋

料金所

太郎山

菅平牧場

大松山スキー場

大松山

つばくる山山頂

やまなみハイキングコース

上田菅平高原グランヴィリオG.C.

シュナイダー碑

ダボスの丘

野口みずきクロカンコース

上田市

ダボス牧場

<