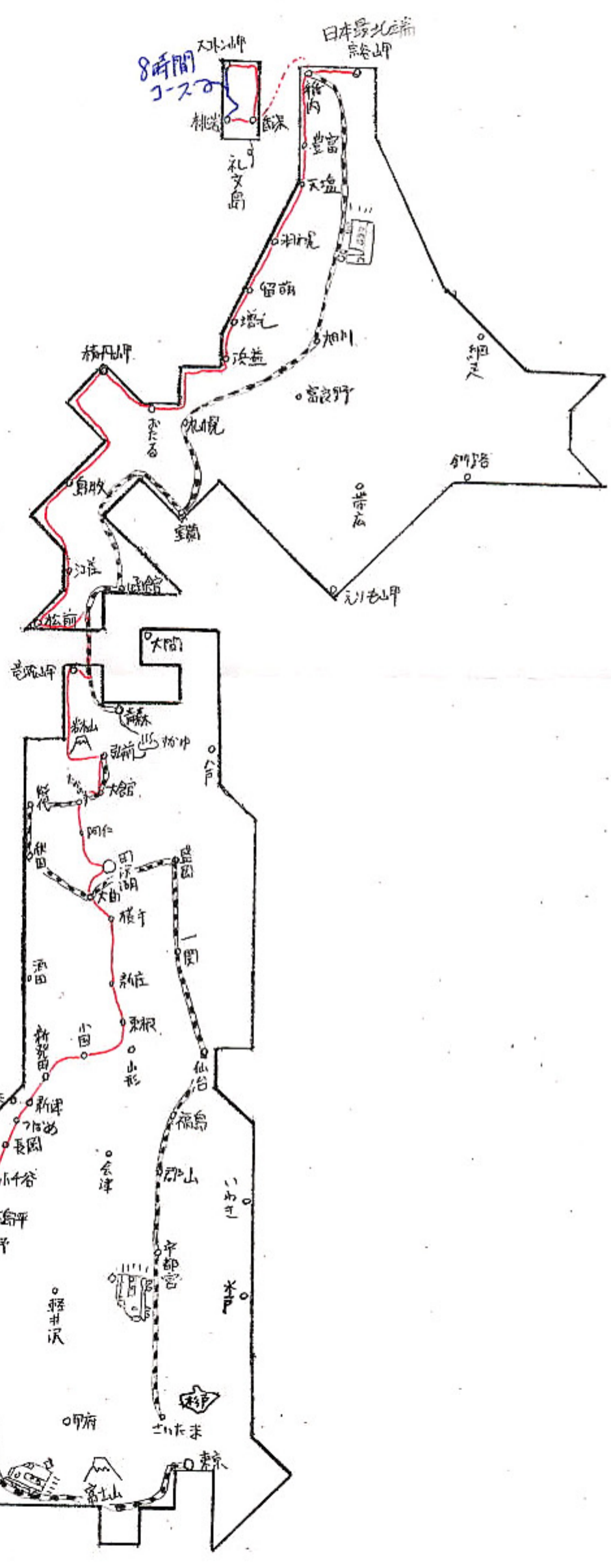


日本縦断サイクリング

3500キロの軌跡

- 7/ 6 出発→新幹線(東京→新大阪), 夜行(新大阪→四国児島)
- 7/ 7 鹿児島市～最南端の駅, 西大山駅～指宿市 (68,02km)
- 7/ 8 指宿市～フェリー(山川～根占)～本土最南端, 佐多岬～根占町 (71,73km)
- 7/ 9 根占町～垂水市～因分市～霧島町(霧島神宮) (100,11km)
- 7/10 霧島町～えびの高原～ループ橋～人吉市～水上村 (103,81km)
- 7/11 水上村～椎葉渓谷～五ヶ瀬渓谷～高千穂町(高千穂峽) (103,88km)
- 7/12 高千穂町～高森町～阿蘇(山上, 草千里)～阿蘇町 (71,92km)
- 7/13 阿蘇町～やまなみハイウェイ(瀬の本高原, 飯田高原)～湯布院町 (74,47km)
- 7/14 湯布院町～別府市～フェリー(佐賀関～三崎)～八幡浜市 (109,45km)
- 7/15 八幡浜市～大洲市～松山市(松山城, 道後温泉) (82,08km)
- 7/16 松山市～西条市～伊予三島市～善通寺市～宇多津町 (136,25km)
- 7/17 宇多津町～丸亀城～金刀比羅宮～高松市 (51,13km)
- 7/18 高松市～志度町～鳴門公園～小鳴門橋～徳島市 (108,12km)
- 7/19 徳島市～フェリー(徳島～和歌山)～岸和田市～堺市 (76,75km)
- 7/20 大阪市内観光 (走行せず)
- 7/21 堺市～八尾市～柏原市～天理市～上野市 (102,32km)
- 7/22 上野市～亀山市～四日市市～桑名市～名古屋 (110,75km)
- 7/23 名古屋市～多治見市～恵那市～中津川市～木曾福島町 (142,98km)
- 7/24 木曾福島町～鳥居トンネル～塩尻市～松本城～穂高町 (75,93km)
- 7/25 穂高町～信州新町～長野市～飯山市～木島平村 (111,99km)
- 7/26 木島平村～小千谷市～長岡市～三条市～燕市 (133,32km)
- 7/27 燕市～新津市～新碓田市～関川村～小国町 (113,44km)
- 7/28 小国町～宇津トンネル～長井市～寒河江市～東根市 (95,94km)
- 7/29 東根市～新庄市～雄勝峠～横手市～大曲市 (145,22km)
- 7/30 大曲市～角館町～田沢湖～阿仁町～鷹巣町 (127,07km)
- 7/31 鷹巣町～大館市～矢立峠～弘前市 (71,92km)
- 8/1～8/7 祭りの為, 弘前市滞在(2, 4, 6日青森ねぶたに跳ねて参加)
- 8/ 8 弘前市～岩木山神社～鯉ヶ沢町～十三湖～龍飛岬～三厩村 (133,94km)
- 8/ 9 三厩村～青函トンネル(津軽今別→知内)～白神岬～江差町 (118,77km)
- 8/10 江差町～熊石町～瀬棚町～茂津多岬～島牧村 (128,35km)
- 8/11 島牧村～岩内町～神恵内町～神威岬～積丹町 (128,56km)
- 8/12 積丹町～積丹岬, 女郎岩～豊浜トンネル～小樽市(銭函) (93,38km)
- 8/13 小樽市～石狩市～浜益村～雄冬岬～増毛町 (117,97km)
- 8/14 増毛町～留萌市～小平町～苫前町～羽幌町 (70,47km)
- 8/15 羽幌町～天塩町～サロベツ原野～豊富町 (92,56km)
- 8/16 豊富町～野寒布岬～日本最北端, 宗谷岬～稚内市 (121,31km)
- 8/17 稚内市～フェリー(稚内～香深)～スコトン岬～桃岩 (63,15km)
- 8/18 礼文島8時間コース(徒歩) (走行せず)
- 8/19 礼文町～フェリー(香深～稚内)～空港～宗谷岬～稚内市 (75,69km)
夜行(稚内→札幌)
- 8/20 特急(札幌→五稜郭→青森), レンタカー(青森～酸ヶ湯温泉～弘前)
- 8/21 特急(弘前→秋田), 新幹線(秋田→大宮)→帰宅



総走行距離 延べ3532,75km

