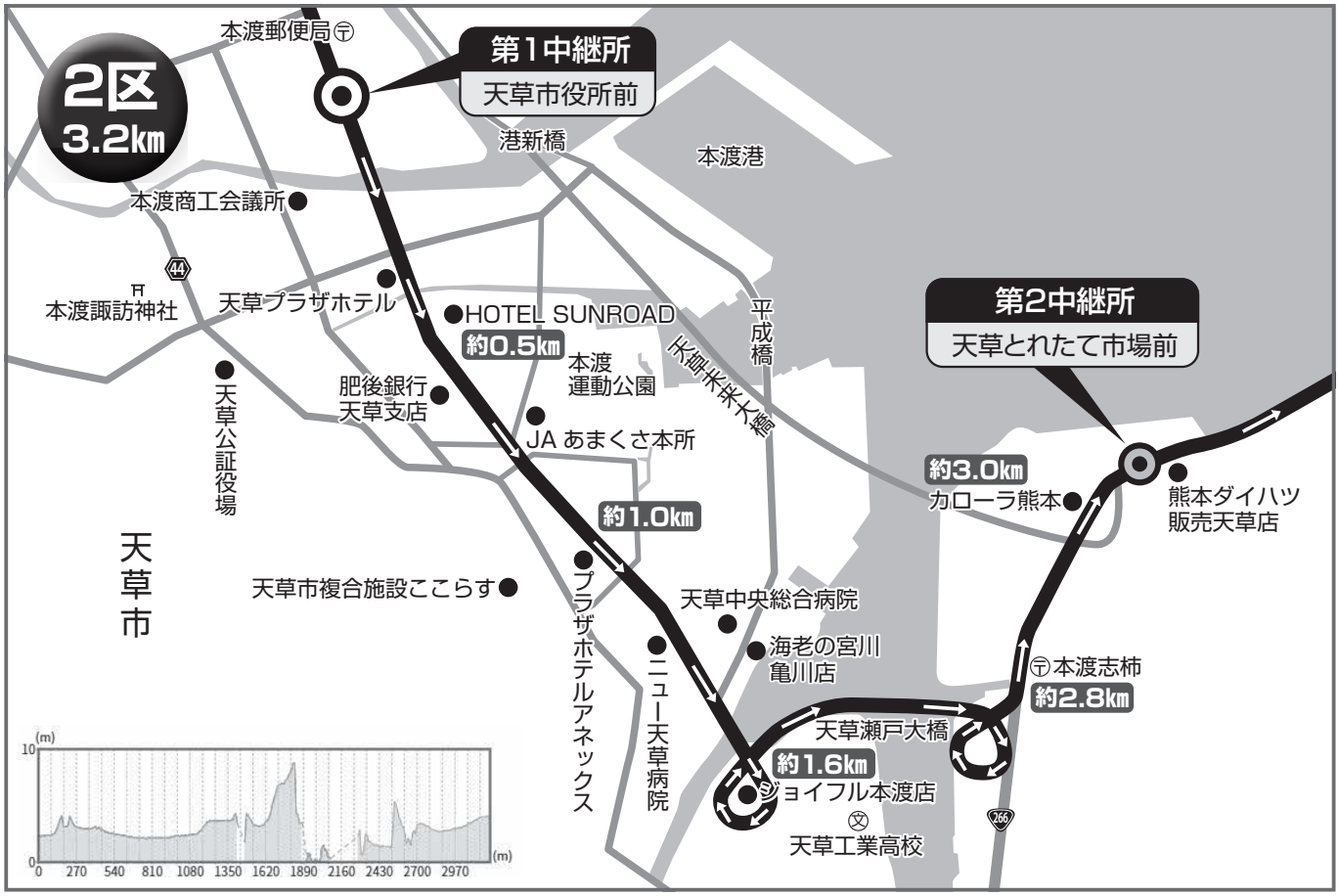
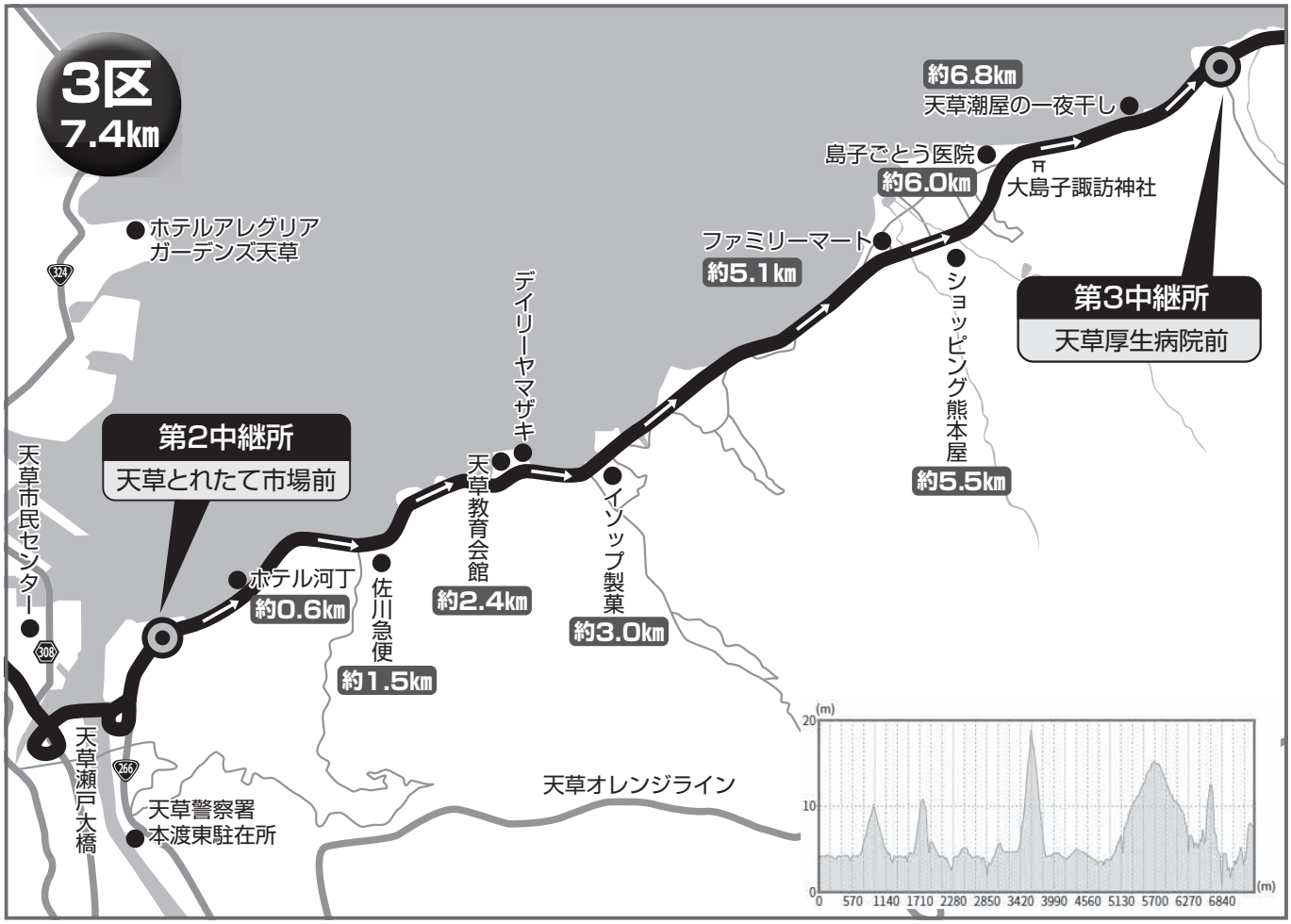
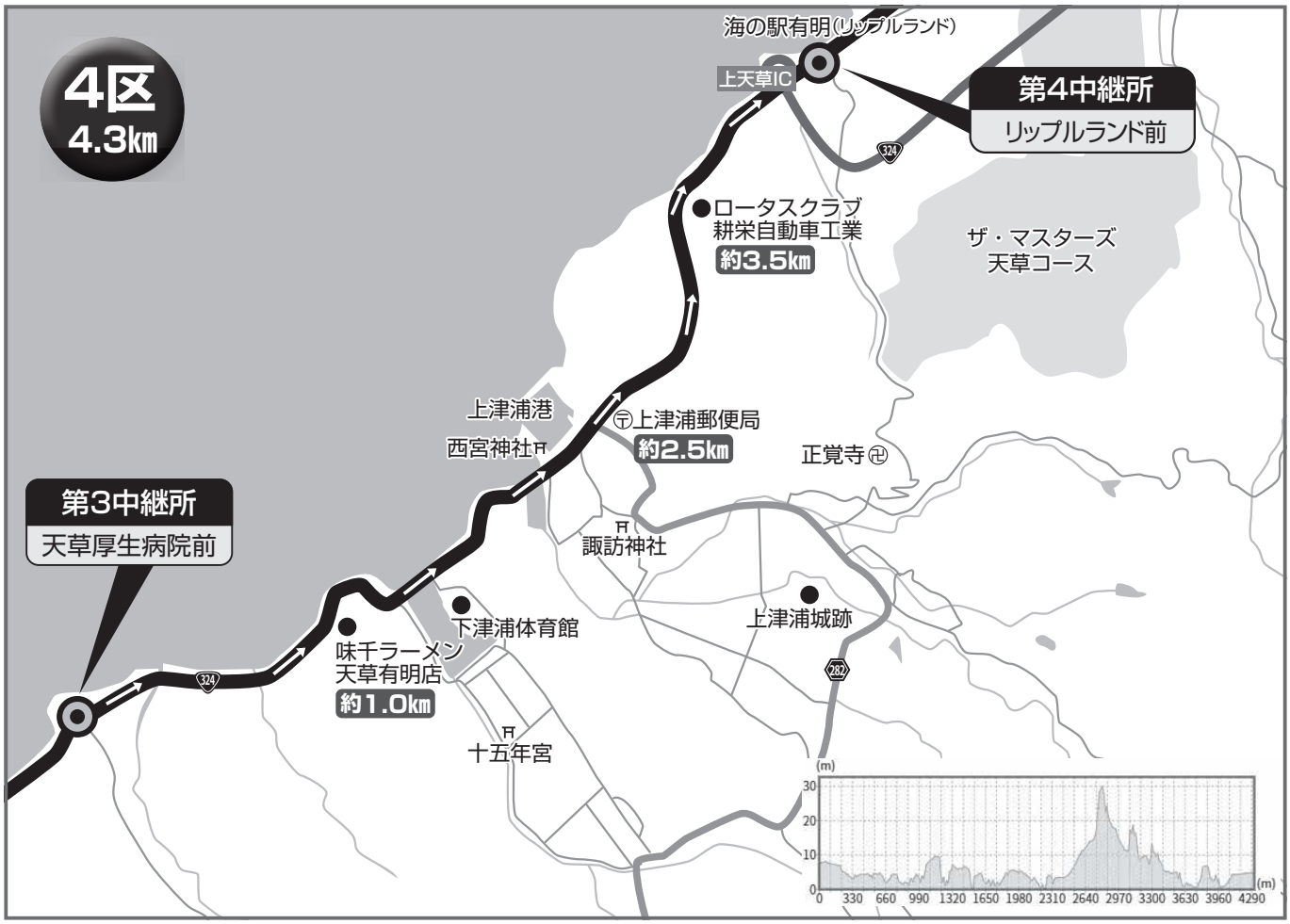
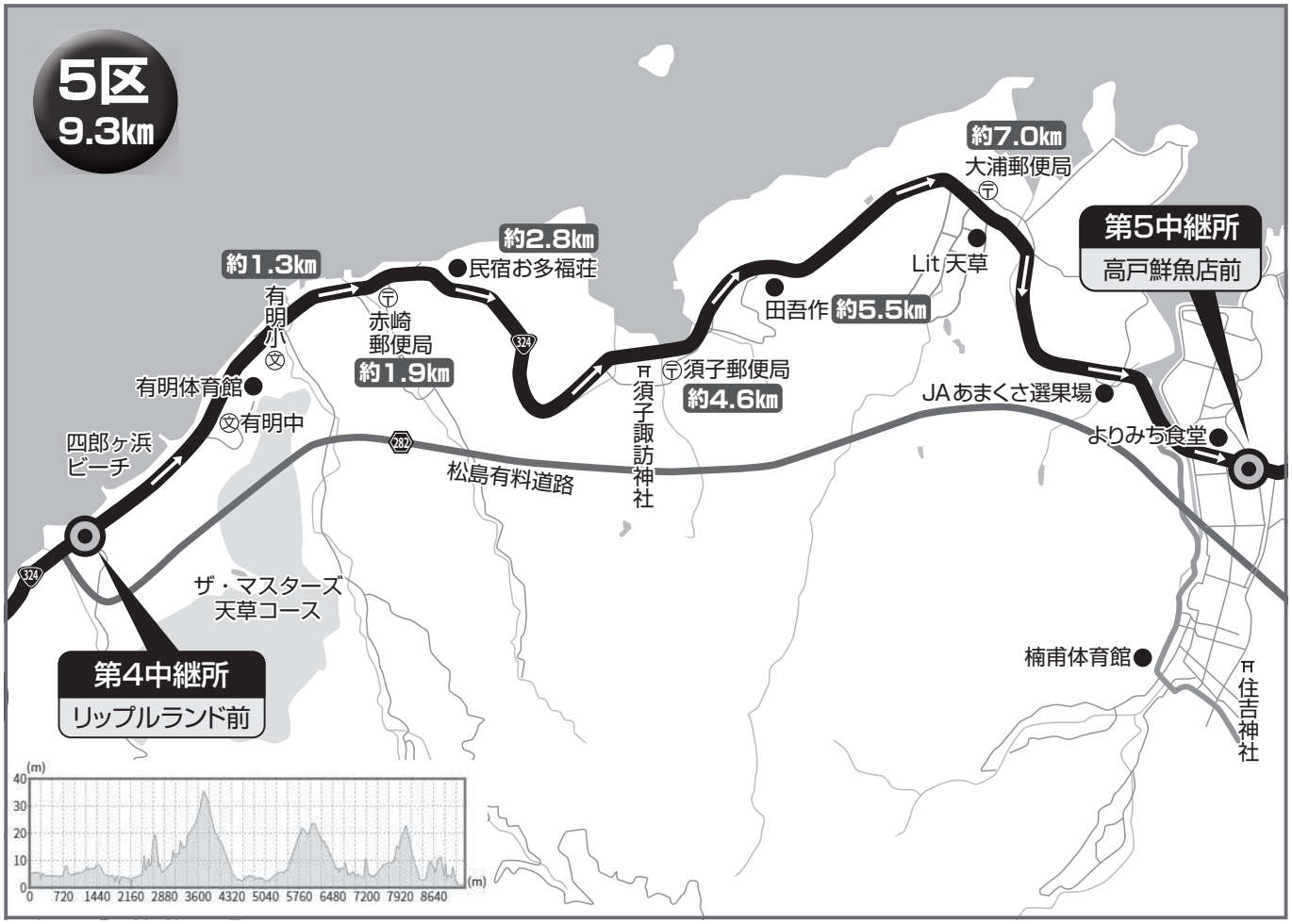
各コース略図

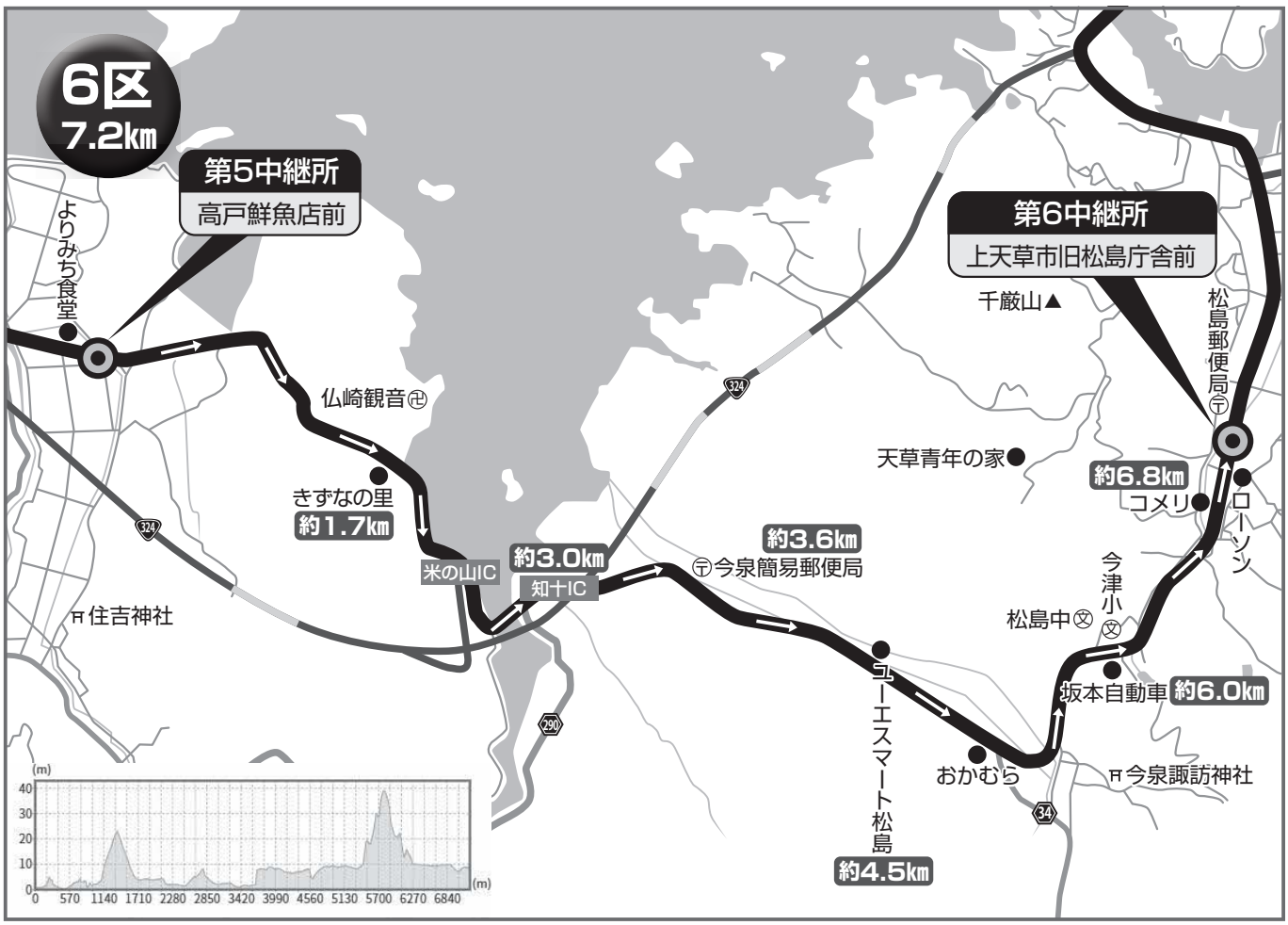

1区
2.4km
約1.6km
約1.1km
パティスリー
メールドゥース
かし原
丸尾焼窯元
ファミリーマート
麺や一紅
本渡馬場郵便局
広瀬川
本渡北地区
コミュニティーセンター
セブンイレブン
約0.7km
延慶寺
本渡北小学校
本渡港
大矢野崎
緑地公園
8:50 スタート
天草市陸上競技場
天草市
ダイレックス
天草店
約2.0km
セブンイレブン
天草警察署
本渡歴史民俗
資料館
天草
キリシタン館
殉教公園
蛇の目寿司
本渡郵便局
ローソン天草
城下町店
天草市水道局
第1中継所
天草市役所前
港新橋
本渡港
町山口川
(m)
10
0
0 210 420 630 840 1050 1260 1470 1680 1890 2100 2310
(m)

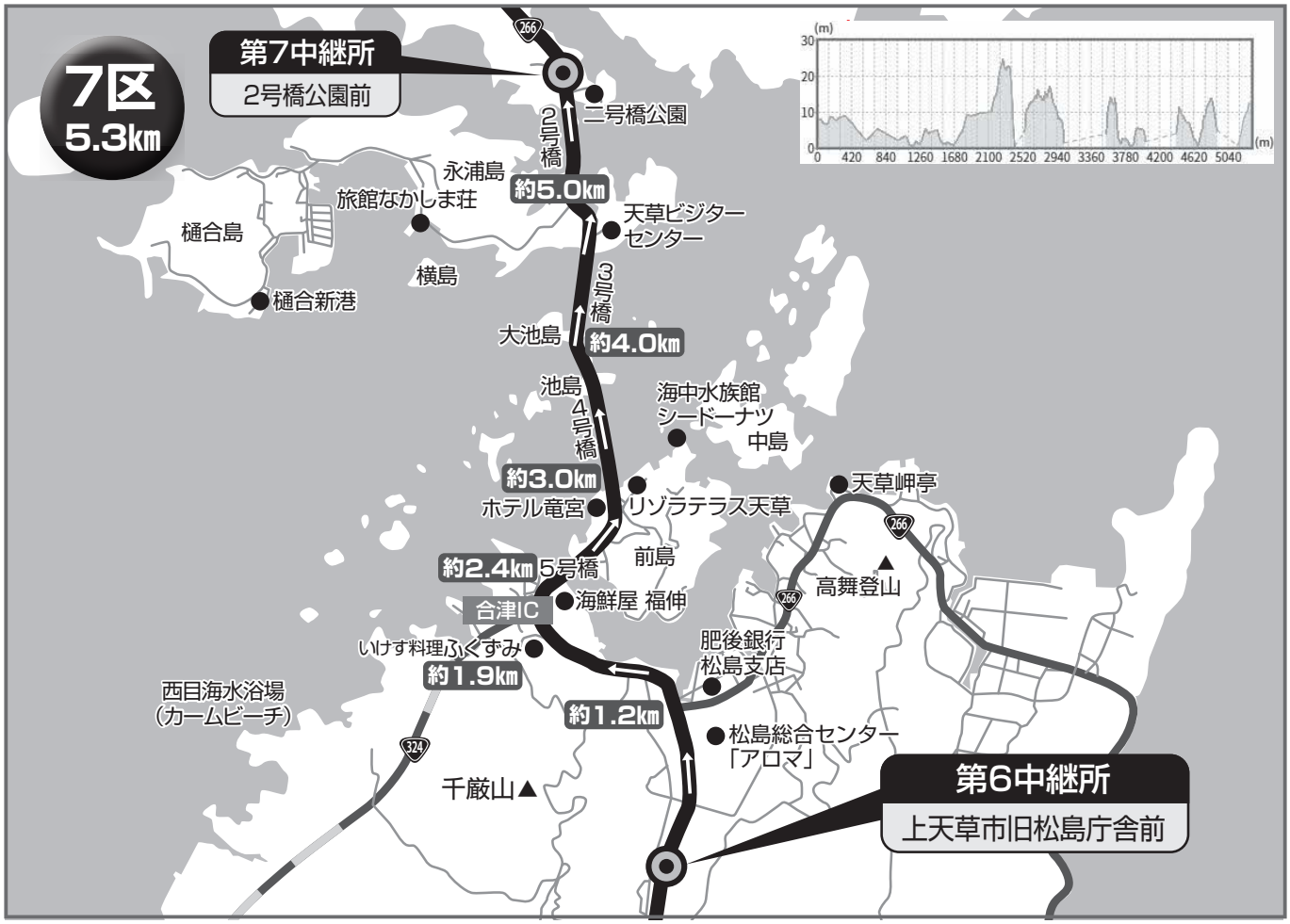

2区
3.2km
本渡郵便局
第1中継所
天草市役所前
港新橋
本渡港
本渡商工会議所
本渡諏訪神社
天草プラザホテル
HOTEL SUNROAD
約0.5km
本渡
運動公園
平成橋
第2中継所
天草とれたて市場前
天草公証役場
肥後銀行
天草支店
JA あまくさ本所
約3.0km
カローラ熊本
熊本ダイハツ
販売天草店
約1.0km
天草市
天草市複合施設ここらす
プラザホテルアネックス
天草中央総合病院
海老の宮川
亀川店
ニュー天草病院
本渡志柿
約2.8km
天草瀬戸大橋
約1.6km
ジョイフル本渡店
天草工業高校
(m)
10
0
0 270 540 810 1080 1350 1620 1890 2160 2430 2700 2970
(m)

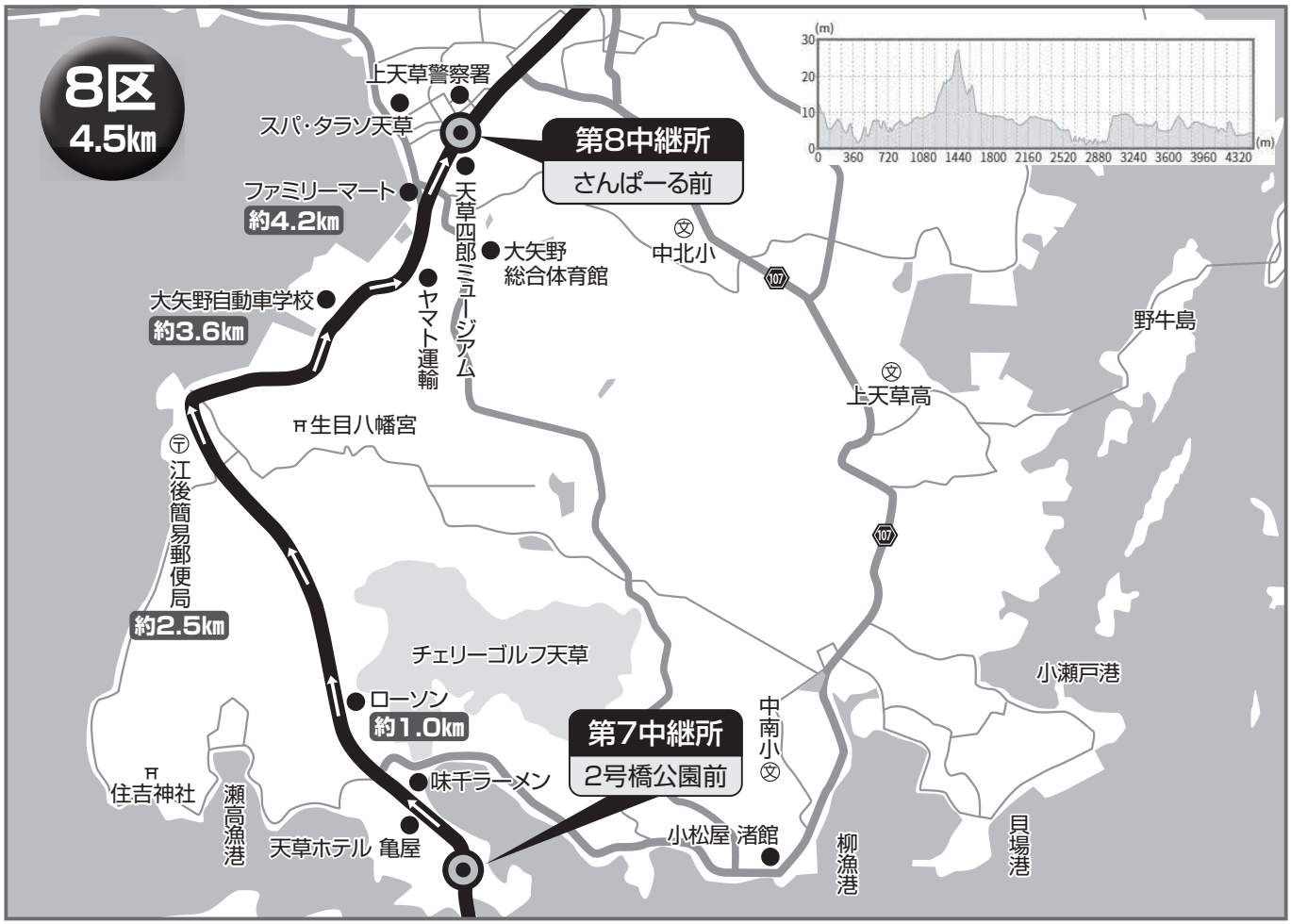

3区
7.4km
約6.8km
天草潮屋の一夜干し
島子ごとう医院
約6.0km
大島子諏訪神社
ホテルアレグリア
ガーデンズ天草
ファミリーマート
約5.1km
ショッピング熊本屋
約5.5km
第3中継所
天草厚生病院前
デイリーヤマザキ
第2中継所
天草とれたて市場前
天草市民センター
天草教育会館
約2.4km
イソップ製菓
約3.0km
ホテル河丁
約0.6km
佐川急便
約1.5km
天草瀬戸大橋
天草警察署
本渡東駐在所
天草オレンジライン
(m)
20
10
0
0 570 1140 1710 2280 2850 3420 3990 4560 5130 5700 6270 6840
(m)

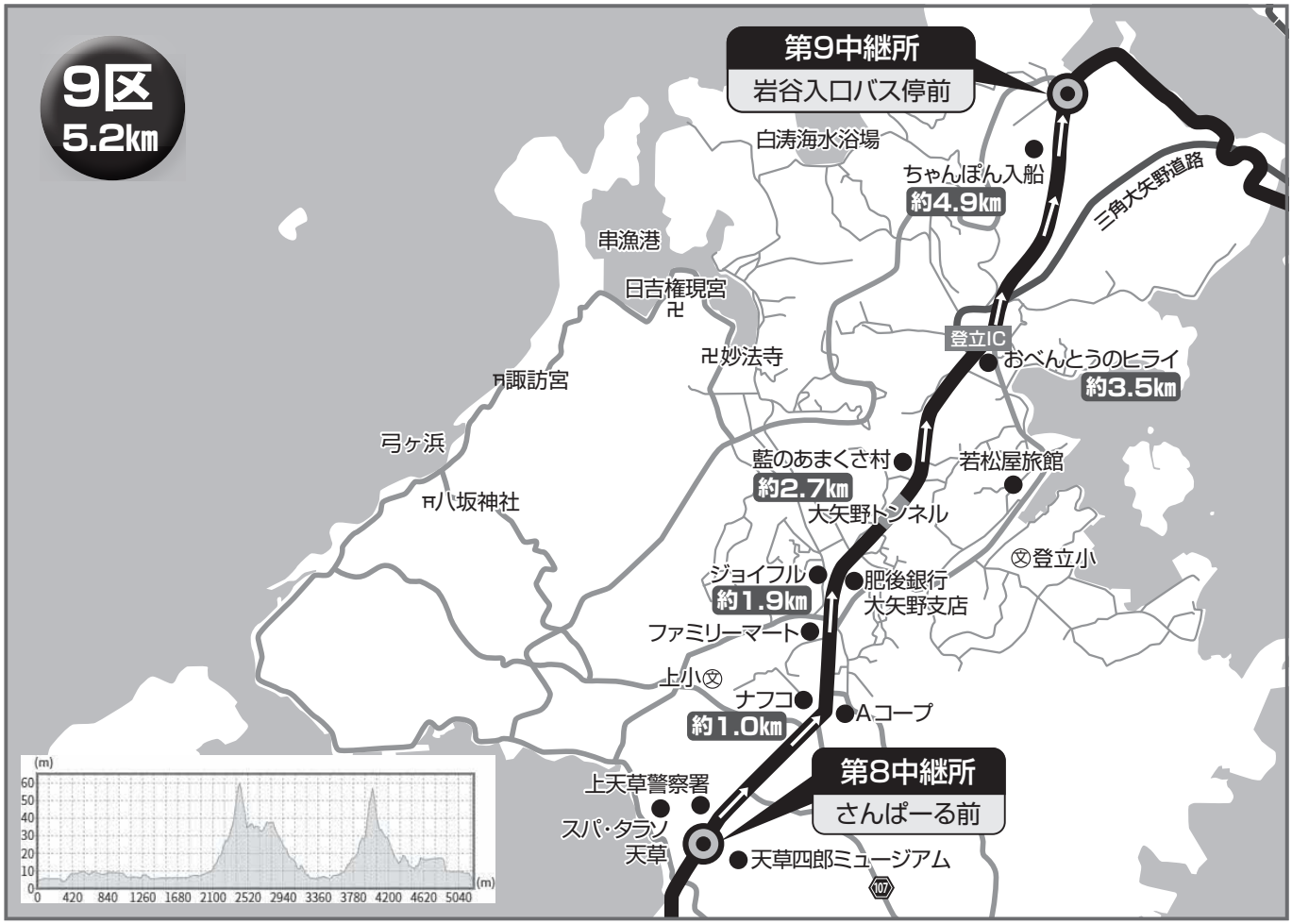

4区
4.3km
海の駅有明(リップルランド)
上天草IC
第4中継所
リップルランド前
ロータスクラブ
耕栄自動車工業
約3.5km
ザ・マスターズ
天草コース
上津浦港
西宮神社
〒上津浦郵便局
約2.5km
正覚寺
第3中継所
天草厚生病院前
諏訪神社
下津浦体育館
上津浦城跡
味千ラーメン
天草有明店
約1.0km
十五年宮
(m)
30
20
10
0
0 330 660 990 1320 1650 1980 2310 2640 2970 3300 3630 3960 4290
(m)


5区
9.3km
約7.0km
大浦郵便局
第5中継所
高戸鮮魚店前
約2.8km
民宿お多福荘
約1.3km
有明小
赤崎
郵便局
約1.9km
Lit天草
田吾作
約5.5km
有明体育館
須子郵便局
約4.6km
JAあまくさ選果場
有明中
よりみち食堂
四郎ヶ浜
ビーチ
松島有料道路
須子諏訪神社
ザ・マスターズ
天草コース
第4中継所
リップルランド前
楠甫体育館
住吉神社
(m)
40
30
20
10
0
0 720 1440 2160 2880 3600 4320 5040 5760 6480 7200 7920 8640
(m)

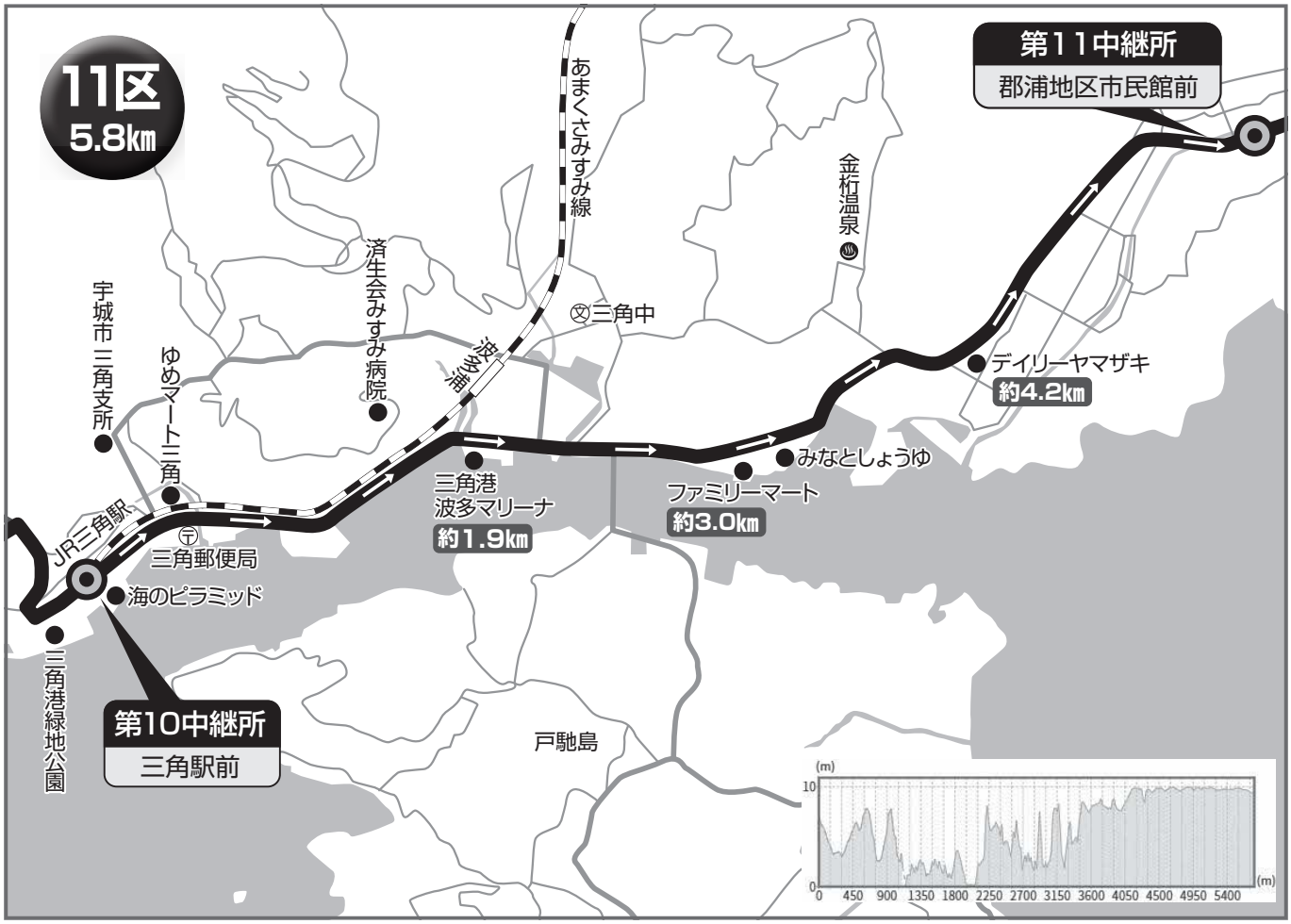

6区
7.2km
第5中継所
高戸鮮魚店前
よりみち食堂
第6中継所
上天草市旧松島庁舎前
千厳山▲
松島郵便局
仏崎観音
天草青年の家
約6.8km
コメリ
ローソン
きずなの里
約1.7km
約3.6km
今泉簡易郵便局
米の山IC
約3.0km
知十IC
今津小
住吉神社
松島中
坂本自動車
約6.0km
コーエスマート松島
約4.5km
おかむら
今泉諏訪神社
(m)
40
30
20
10
0
0 570 1140 1710 2280 2850 3420 3990 4560 5130 5700 6270 6840
(m)

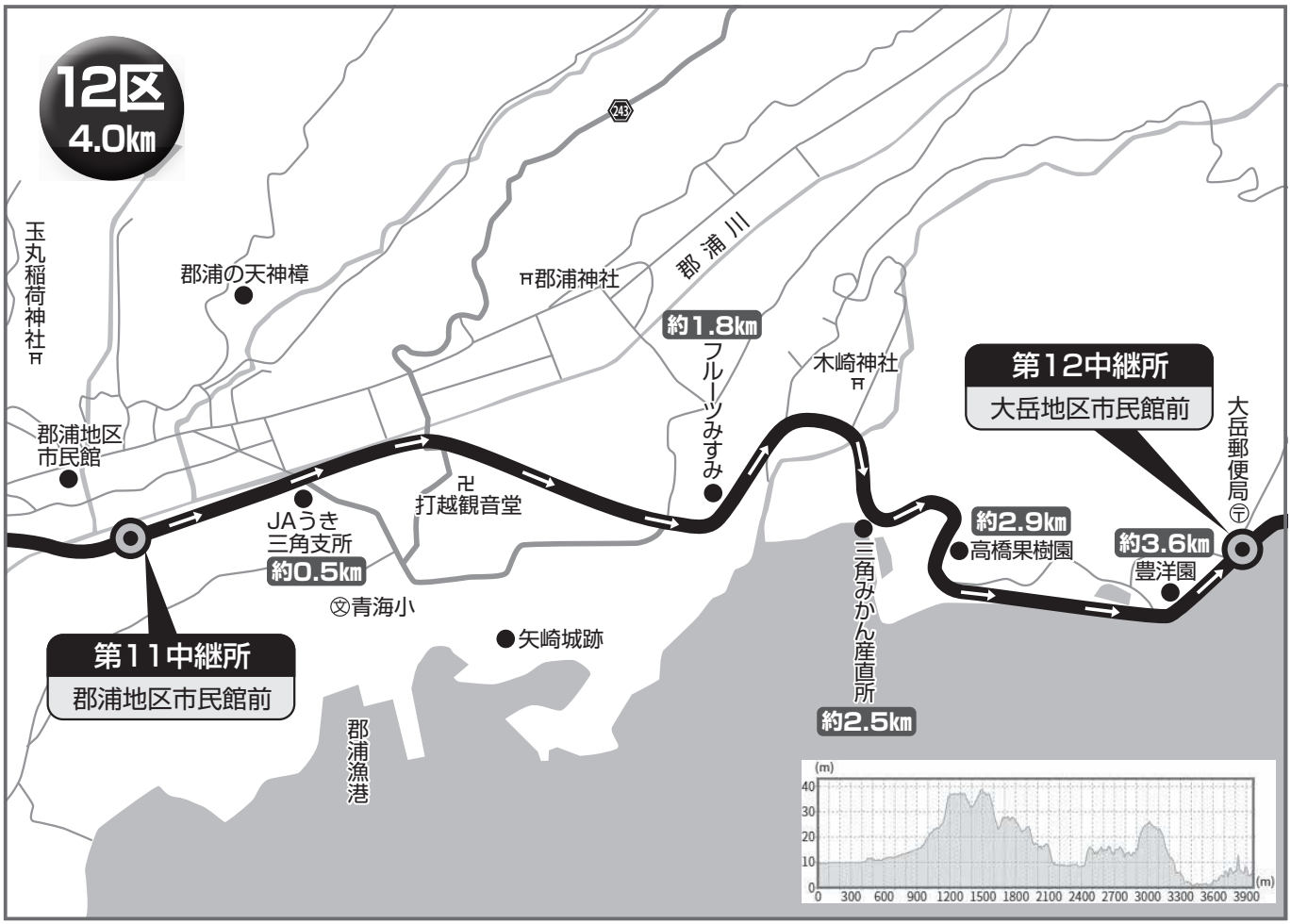

7区
5.3km
第7中継所
2号橋公園前
二号橋公園
2号橋
約5.0km
永浦島
旅館なかしま荘
天草ビジター
センター
樋合島
横島
樋合新港
3号橋
大池島
約4.0km
池島
4号橋
海中水族館
シードーナツ
中島
約3.0km
ホテル竜宮
リゾラテラス天草
天草岬亭
前島
約2.4km
5号橋
高舞登山
合津IC
海鮮屋 福伸
いけす料理ふくずみ
約1.9km
肥後銀行
松島支店
西目海水浴場
(カームビーチ)
約1.2km
松島総合センター
「アロマ」
千厳山▲
第6中継所
上天草市旧松島庁舎前
(m)
30
20
10
0
0 420 840 1260 1680 2100 2520 2940 3360 3780 4200 4620 5040
(m)

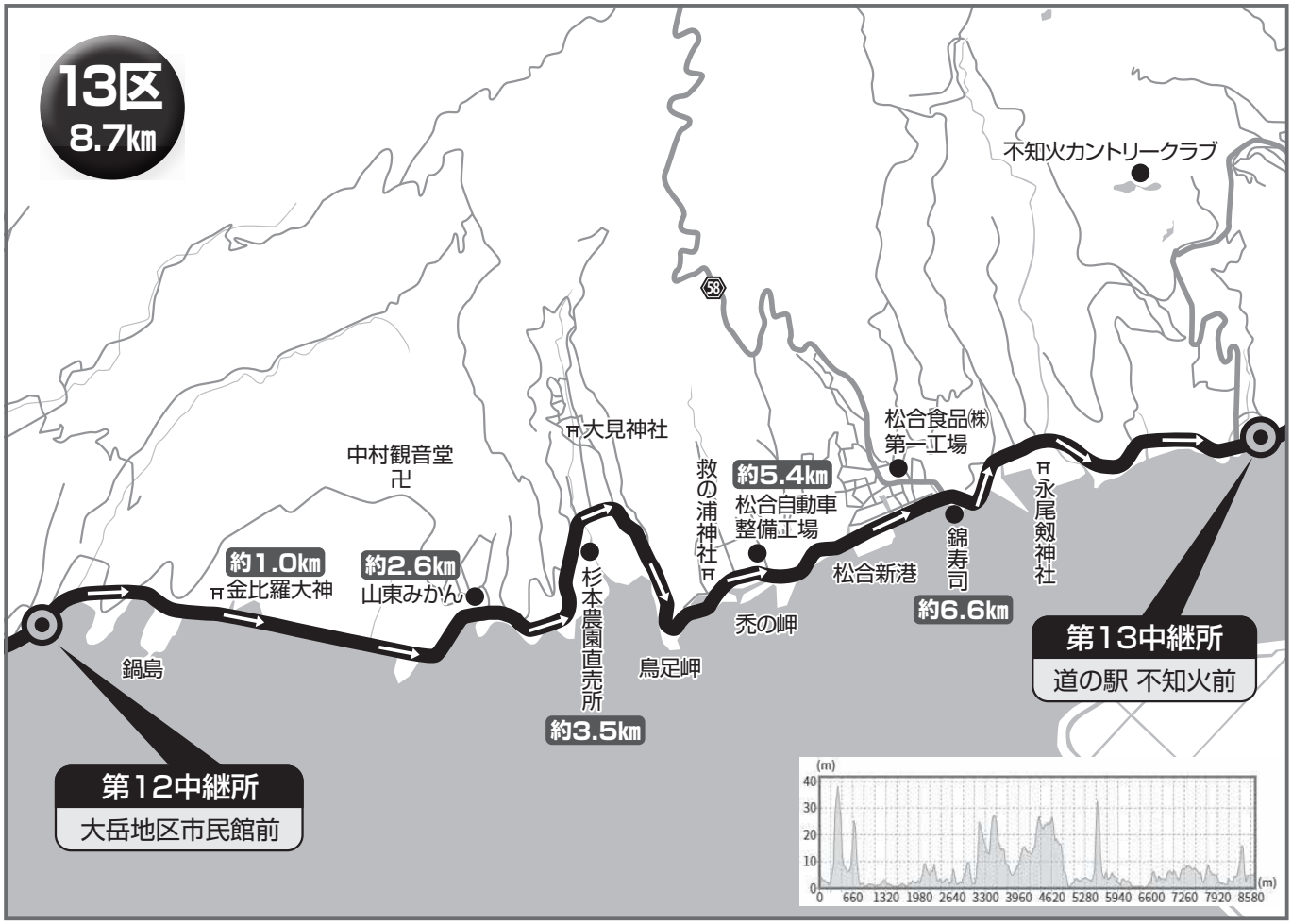

8区
4.5km
上天草警察署
スパ・タラソ天草
第8中継所
さんぱーる前
ファミリーマート
約4.2km
天草四郎ミュージアム
大矢野
総合体育館
中北小
大矢野自動車学校
約3.6km
ヤマト運輸
野牛島
上天草高
生目八幡宮
江後簡易郵便局
約2.5km
チェリーゴルフ天草
小瀬戸港
ローソン
約1.0km
中南小
第7中継所
2号橋公園前
味千ラーメン
住吉神社
瀬高漁港
天草ホテル 亀屋
小松屋 渚館
柳漁港
貝場港
(m)
30
20
10
0
0 360 720 1080 1440 1800 2160 2520 2880 3240 3600 3960 4320
(m)

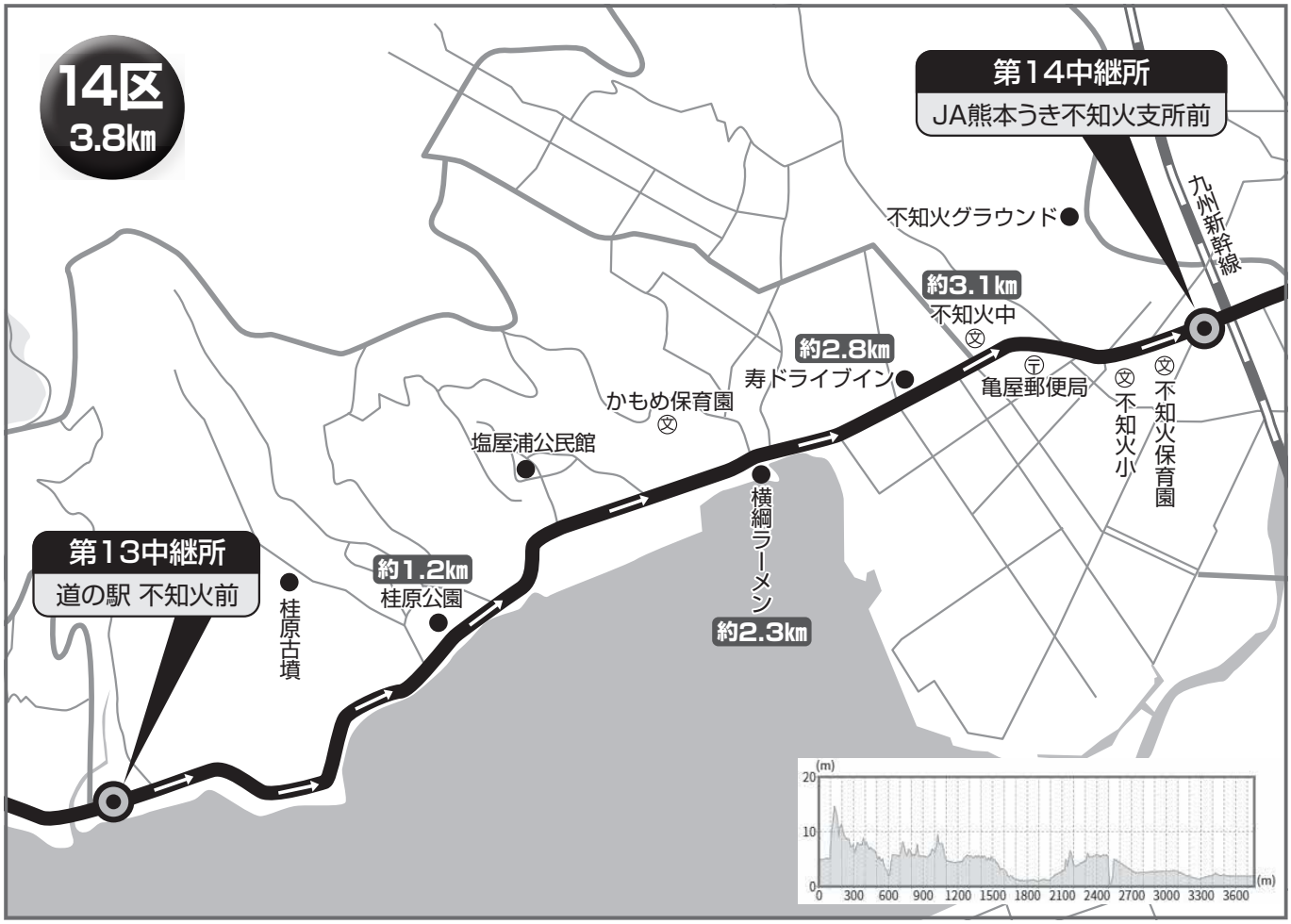

9区
5.2km
第9中継所
岩谷入口バス停前
白浜海水浴場
ちゃんぽん入船
約4.9km
三角大矢野道路
串漁港
日吉権現宮
登立IC
妙法寺
おべんとうのヒライ
約3.5km
諏訪宮
弓ヶ浜
藍のあまくさ村
若松屋旅館
約2.7km
八坂神社
大矢野トンネル
登立小
ジョイフル
肥後銀行
大矢野支店
約1.9km
ファミリーマート
上小
ナフコ
Aコープ
約1.0km
第8中継所
さんぱーる前
上天草警察署
スパ・タラソ
天草
天草四郎ミュージアム
107
(m)
60
50
40
30
20
10
0
(m)
0 420 840 1260 1680 2100 2520 2940 3360 3780 4200 4620 5040

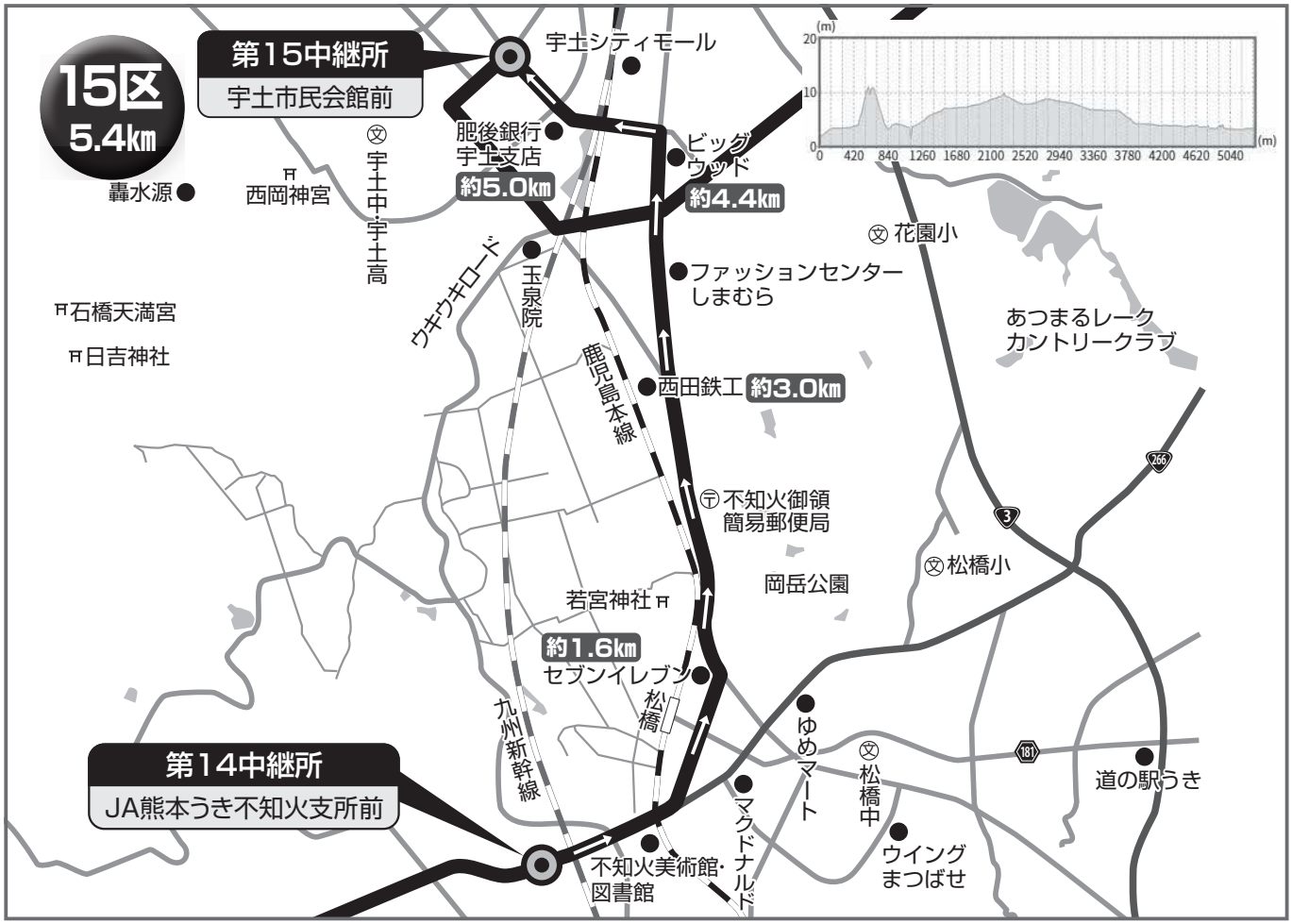

10区
3.5km
三角西港浮桟橋・待合所
雲竜台
保木の下漁港
西港総合神社
三角ノ瀬戸
57
ゲンコツ
リゾート
約0.4km
浜ん小浦
約0.9km
第9中継所
岩谷入口バス停前
松島木材センター
天翔台
宇城市
三角支所
本町漁港
約1.5km
天門橋展望所
三角大矢野道路
天城橋
三角小
飛岳
1号橋
みすみIC
第10中継所
三角駅前
約2.8km
Cafe 点
約2.2km
大番
レストラン
ルボンヌ
JR三角駅
海のピラミッド
三角港緑地公園
(m)
40
30
20
10
0
(m)
0 270 540 810 1080 1350 1620 1890 2160 2430 2700 2970 3240 3510

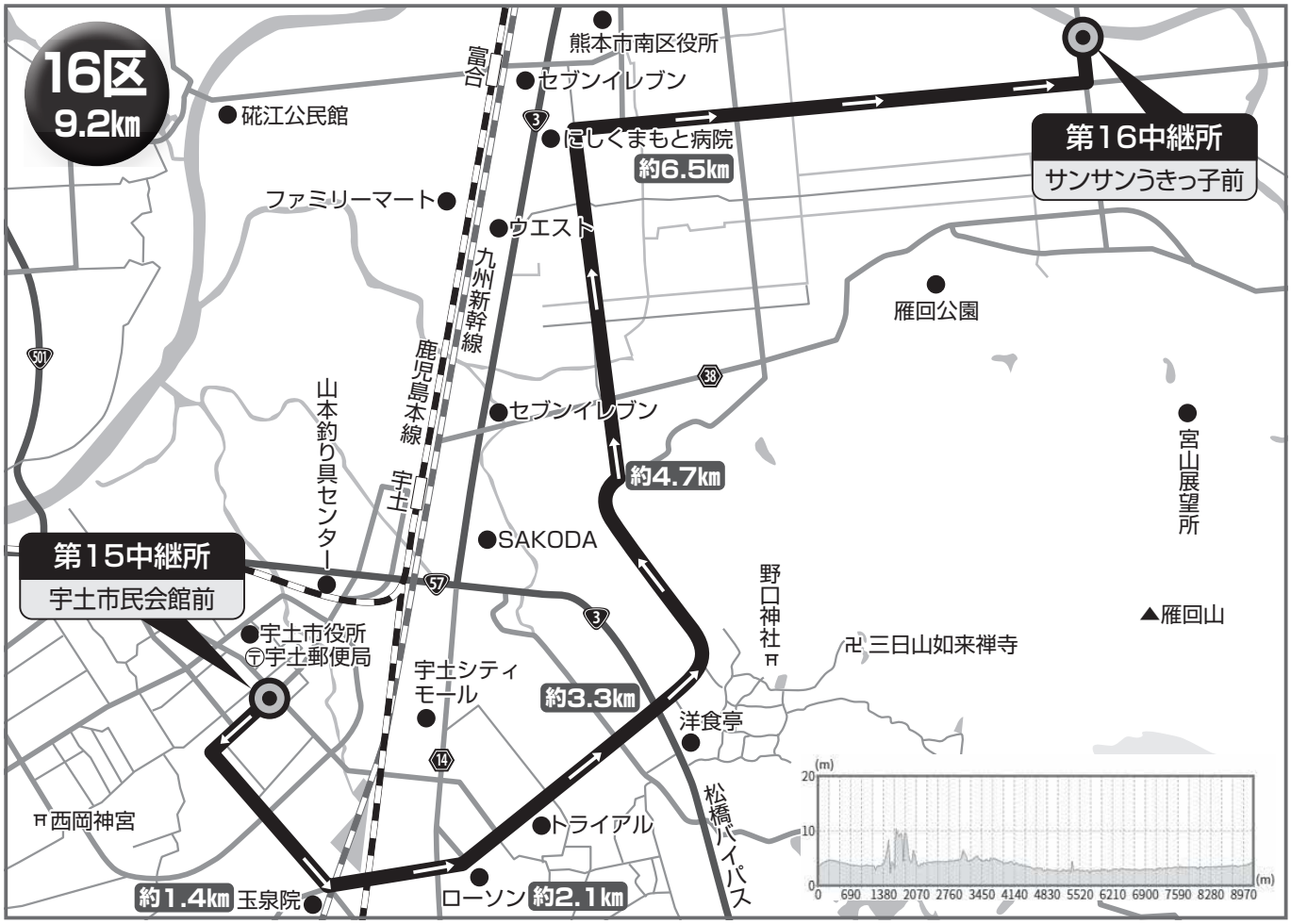

11区
5.8km
第11中継所
郡浦地区市民館前
あまくさみすみ線
金桁温泉
済生会みすみ病院
交三角中
宇城市三角支所
ゆめマート三角
波多浦
デイリーヤマザキ
約4.2km
みなとしょうゆ
三角港
波多マリーナ
約1.9km
ファミリーマート
約3.0km
JR三角駅
〒三角郵便局
海のピラミッド
三角港緑地公園
第10中継所
三角駅前
戸馳島
(m)
10
0
0 450 900 1350 1800 2250 2700 3150 3600 4050 4500 4950 5400
(m)

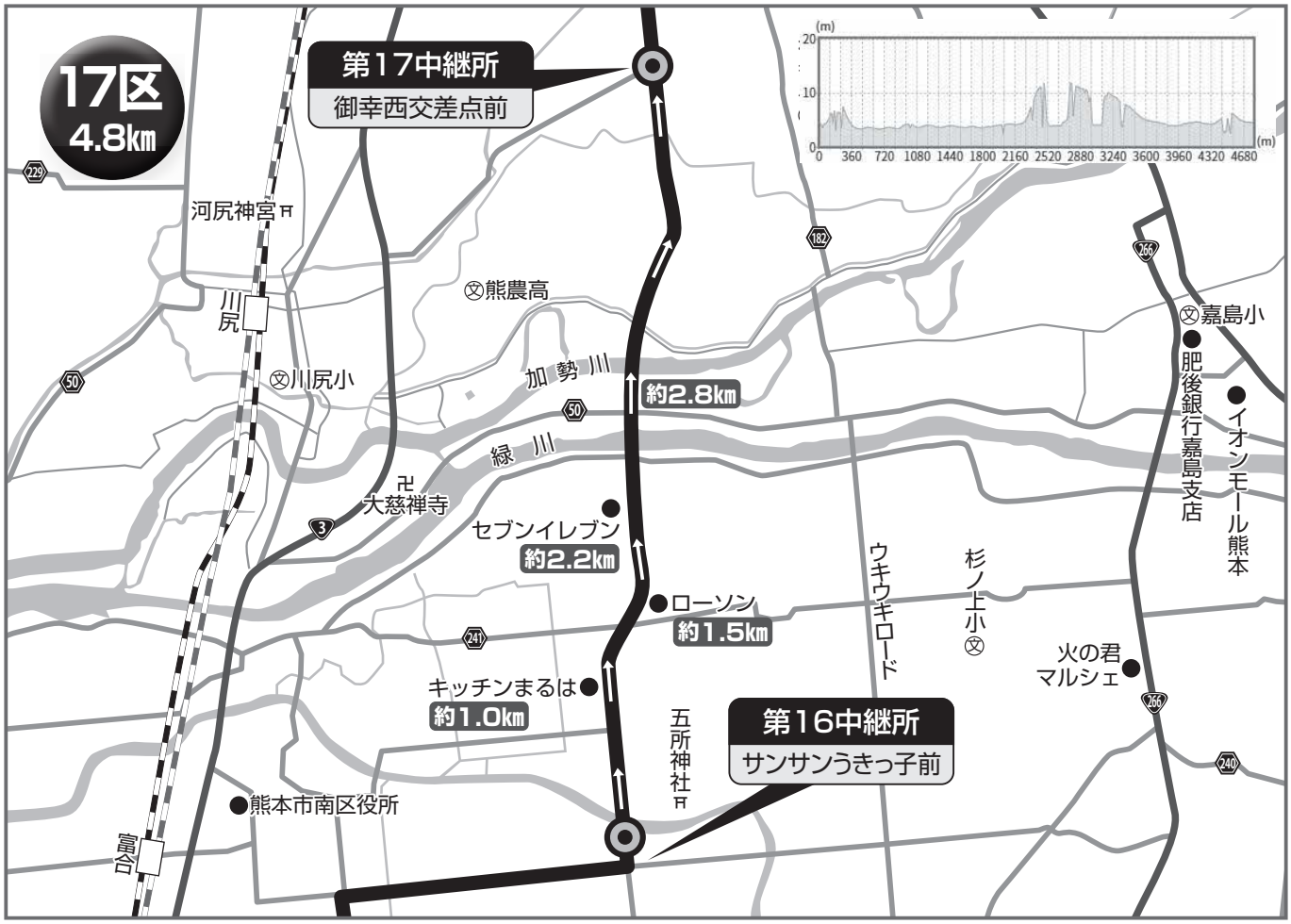

12区
4.0km
玉丸稲荷神社
郡浦の天神樟
郡浦神社
郡浦川
約1.8km
フルーツみすみ
木崎神社
第12中継所
大岳地区市民館前
大岳郵便局
郡浦地区
市民館
JAうき
三角支所
約0.5km
打越観音堂
交青海小
約2.9km
高橋果樹園
約3.6km
豊洋園
矢崎城跡
三角みかん産直所
約2.5km
第11中継所
郡浦地区市民館前
郡浦漁港
(m)
40
30
20
10
0
0 300 600 900 1200 1500 1800 2100 2400 2700 3000 3300 3600 3900
(m)


13区
8.7㎞
不知火カントリークラブ
中村観音堂
卍
大見神社
救の浦神社
約5.4㎞
松合自動車整備工場
松合食品㈱第一工場
永尾剱神社
約1.0㎞
金比羅大神
約2.6㎞
山東みかん
杉本農園直売所
約3.5㎞
鳥足岬
禿の岬
松合新港
錦寿司
約6.6㎞
鍋島
第12中継所
大岳地区市民館前
第13中継所
道の駅 不知火前
(m)
40
30
20
10
0
0 660 1320 1980 2640 3300 3960 4620 5280 5940 6600 7260 7920 8580


14区
3.8㎞
第14中継所
JA熊本うき不知火支所前
不知火グラウンド
九州新幹線
約3.1㎞
不知火中
約2.8㎞
寿ドライブイン
亀屋郵便局
不知火小
不知火保育園
かもめ保育園
塩屋浦公民館
横綱ラーメン
約2.3㎞
第13中継所
道の駅 不知火前
桂原古墳
約1.2㎞
桂原公園
(m)
20
10
0
0 300 600 900 1200 1500 1800 2100 2400 2700 3000 3300 3600


15区
5.4km
第15中継所
宇土市民会館前
宇土シティモール
肥後銀行
宇土支店
約5.0km
ビッグウッド
約4.4km
轟水源
西岡神宮
宇土中
宇土高
花園小
ファッションセンター
しまむら
ウキウキロード
玉泉院
石橋天満宮
日吉神社
あつまるレーク
カントリークラブ
鹿児島本線
西田鉄工
約3.0km
不知火御領
簡易郵便局
松橋小
岡岳公園
若宮神社
約1.6km
セブンイレブン
松橋
九州新幹線
ゆめマート
松橋中
道の駅うき
第14中継所
JA熊本うき不知火支所前
マクドナルド
不知火美術館・
図書館
ウイング
まつばせ
20
10
0
(m)
0 420 840 1260 1680 2100 2520 2940 3360 3780 4200 4620 5040


16区
9.2km
熊本市南区役所
富合
セブンイレブン
砥江公民館
にしくまもと病院
約6.5km
第16中継所
サンサンうきっ子前
ファミリーマート
ウエスト
九州新幹線
雁回公園
鹿児島本線
山本釣り具センター
宇土
セブンイレブン
約4.7km
宮山展望所
SAKODA
第15中継所
宇土市民会館前
野口神社
▲雁回山
宇土市役所
宇土郵便局
三日山如来禅寺
宇土シティ
モール
約3.3km
洋食亭
西岡神宮
トライアル
松橋バイパス
約1.4km
玉泉院
ローソン
約2.1km
20
10
0
(m)
0 690 1380 2070 2760 3450 4140 4830 5520 6210 6900 7590 8280 8970


17区
4.8km
第17中継所
御幸西交差点前
河尻神宮
川尻
熊農高
川尻小
加勢川
約2.8km
緑川
大慈禅寺
セブンイレブン
約2.2km
ローソン
約1.5km
キッチンまるは
約1.0km
第16中継所
サンサンうきっ子前
五所神社
熊本市南区役所
富合
ウキウキロード
杉ノ上小
火の君
マルシェ
嘉島小
肥後銀行嘉島支店
イオンモール熊本
(m)
20
10
0
0 360 720 1080 1440 1800 2160 2520 2880 3240 3600 3960 4320 4680


18区
6.5km
熊本城
日本郵便
約6.2km
約5.6km
サクラマチクマモト
フィニッシュ
上通アーケード前
大甲橋
肥後銀行本店
地域医療センター
肥後銀行南熊本支店
約4.8km
南熊本駅通郵便局
約4.1km
ツタヤ
約3.3km
白山通り
新水前寺
水前寺
ワンダーシティ
ゆめタウンはません
南熊本
平成
豊肥線
サンリブシティくまなん
約2.4km
田迎西小
コデラ
平成大通り
鹿児島本線
白川
済生会病院
セブンイレブン
約0.7km
西熊本
九州新幹線
桜十字病院
第17中継所
御幸西交差点前
東バイパス
熊本市動植物園
江津湖
マクドナルド
ハンズマン
(m)
20
10
0
0 510 1020 1530 2040 2550 3060 3570 4080 4590 5100 5610 6120