

2025収容関門【7時間ペースランナー】

	地点		次関門 までの距離	閉鎖時間	通過時間	次通過時間への 必要ペース
スタート	県庁前交差点	0.0km	5.0km	9:15	9:15	0:09:00
第1関門	TSUTAYA	5.0km	3.6km	10:00	10:00	0:08:36
第2関門	スタミナ太郎	8.6km	4.6km	10:31	10:31	0:08:41
第3関門	土佐百姓家	13.2km	3.8km	11:11	11:11	0:08:56
第4関門	東部運送	17.0km	1.9km	11:45	11:45	0:10:00
第5関門	サンゴセンター	18.9km	3.1km	12:04	12:04	0:10:00
第6関門	花海道公衆トイレ前	22.0km	3.8km	12:38	12:35	0:10:00
第7関門	甲殿交差点(往路)	25.8km	3.8km	13:17	13:13	0:10:00
第8関門	仁淀川大橋東詰(往路)	29.6km	4.2km	13:56	13:51	0:10:00
第9関門	仁淀川大橋東詰(復路)	33.8km	3.7km	14:40	14:33	0:10:00
第10関門	甲殿交差点(復路)	37.5km	3.7km	15:19	15:10	0:10:00
第11関門	競技場南交差点	41.2km	1.0km	15:58	15:47	0:10:00
FINISH	競技場	42.2km		16:12	15:59	0:12:00