

[フルマラソン] コースマップ

給水所

地点	水	麦茶	スポーツドリンク	おもてなし
1 5.1km	○	○	○	
2 7.2km	○			
3 9.8km	○		○	まほろばトマト
4 11.8km	○			バナナ
5 15.1km	○	○	○	ちくわ・きゅうり
6 17.3km	○			パン・ミレービスケット
7 19.1km	○		○	ポンカン・バナナ
8 22.1km	○			柚子ジュース・パン
9 24.5km	○		○	ポンカン・チョコレート
10 27.1km	○	○		パン・漬物
11 29.4km	○		○	ミレービスケット・ごっくん馬路村ゆずドリンク
12 32.2km	○	○		カゴメのトマト・かつおめし
13 35.1km	○		○	ミカン・チョコレート
14 37.9km	○			パン
15 39.7km	○		○	バナナ

トイレ

地点	地点
1 0.8km	16 22.2km
2 1.8km	17 23.4km
3 2.5km	18 24.5km
4 4.2km	19 25.8km
5 5.1km	20 27.1km
6 7.2km	21 29.6km
7 8.8km	22 30.6km
8 9.8km	23 31.8km
9 12.3km	24 33.8km
10 13.2km	25 35.1km
11 15.2km	26 35.7km
12 16.9km	27 37.8km
13 17.1km	28 38.7km
14 18.0km	29 39.9km
15 18.9km	

收容関門

地点	閉鎖時刻
1 5.0km	9:55
2 8.6km	10:27
3 13.2km	11:09
4 17.0km	11:45
5 18.9km	12:04
6 22.0km	12:38
7 25.8km	13:17
8 29.6km	13:56
9 33.8km	14:40
10 37.5km	15:19
11 41.2km	15:58

救護所

地点	距離地点	地点	距離地点
1 城西公園	スタート	11 花海道公衆トイレ前	22.1km
2 日産サティオ高知	2.5km	12 境界堤防	24.5km
3 はるやま	5.0km	13 甲殿交差点	25.8km
4 エコ・アシスト	7.2km	14 春野町漁協	27.1km
5 坂ノ松トンネル北側	9.8km	15 文庫鼻トンネル西側	28.3km
6 蛸の森トンネル北側	11.4km	16 仁淀川河口大橋東詰	29.4km
7 土佐の百姓家交差点	13.2km	17 新居緑地公園前	31.1km
8 ごはんや	15.1km	18 三洋工業前	39.7km
9 高知新港入口西	17.3km	19 春野運動公園多目的広場	フィニッシュ
10 セイホ工業	19.1km	20 春野運動公園陸上競技場	フィニッシュ

※上記内容は、変更になる場合がございます。

応援者の方へ
レース中、お車でスタート会場からフィニッシュ会場へ向かう方は、この応援者ルートA・Bをご利用ください。

応援者ルートA
駐車場／春野総合運動公園駐車場

応援者ルートB
臨時駐車場／高知競馬場駐車場
フィニッシュ会場までシャトルバスを運行します。
10:00～17:30 (約15分毎)

スタート 県庁前
前日参加賞引換会場 中央公園
当日参加賞引換会場 城西公園

フィニッシュ 春野陸上競技場

★絶景ポイントB
奇跡の清流「仁淀ブルー」で有名な仁淀川を渡るぜよ！

★絶景ポイントA
浦戸大橋を渡ると、龍馬も眺めた太平洋の大パノラマ。前半の疲労が吹き飛びます！この景色を見逃したら、いかんぜよ！

ランナーの方へ
センターコーンより右側はコースではありません。コーン左側を走行するようにしてください。

凡例
マラソンコース
国道
トイレ
給水所
收容関門
救護所
AED

コース高低差図
START 浦戸大橋 FINISH 春野陸上競技場