

SUCC 2012 年度 東北合宿 渡邊班

■1日目 8/19(日) : 大宮 ~ 喜多方

大宮駅(6:50 豆の木集合)⇒宇都宮駅⇒黒磯駅⇒郡山駅⇒会津若松駅(11:52 着) →
→会津→r325/R118/R121→喜多方

走行距離 : 31.8km, 131up

【輸行代(1)】4620円(さらに学割)

【♨】大正湯 or 道の駅「喜多の郷」蔵の湯(500円, ~20:00, 第一水曜定休)

【買い出し】coop バリューしおかわ

【宿】民宿たかだや(3000円, TEL0241-23-1358)

【ミドコロ】飯盛山, サザエ堂, 鶴ヶ城, 会津グルメ, 喜多方ラーメン

合宿スタート!!「お食事処むらい」のロースカツ丼と喜多方ラーメン食べたい。

■2日目 8/20(月) : 喜多方 ~ 米沢

喜多方→R121/R459→桧原湖→r64/r2→白衣峠→r2/r101→米沢

走行距離 : 75.1km, 1411up

【♨】鷹山の湯(500円, ~22:30, 第二水曜定休)

【買い出し】イオン米沢店

【宿】ビジネスホテル平成(3500円 TEL0120-210-502)

【ミドコロ】^{ひばら}桧原湖

白衣峠が行く手を立ちはだかる…!! 実はこの合宿で一番上る。

■3日目 8/21(火) : 米沢 ~ 天童

米沢→r101/R13→高畠ワイナリー→R13/r267/R112/r19→山寺→r111/r279→天童

走行距離 : 71.4km, 268up

【♨】市民いこいの家「ふれあい荘」(100円, ~20:20, 月曜・第二日曜休館) or
ゆびあ(300円, ~20:30, 第二月休館)

【買い出し】マックスバリュ天童店(~24:00)

【宿】ホテルビューくろだ(3500円 TEL023-654-1515)

【ミドコロ】高畠ワイナリー(9:00~), 山寺(入山料300円), 将棋…?

奥の細道「静かさや…」で有名な山寺に入山! 高畠ではワイン買うよ

■4日目 8/22(水) : 天童 ～ 遊佐

天童駅⇒新庄駅⇒酒田駅⇒酒田半日フリー⇒R112/R7⇒遊佐

走行距離 : 20.2km, 41up

【輸行代(2)】 1890円(さらに学割)

【洗濯】 ペリ乾ランド旭新町店

【♨】 日向川 温泉 (300円, ~22:00, 無休)

【買い出し】 ヤマザワ山居町店

【宿】 日向山 温泉 (1900円, TEL0234-35-1830)

【ミドコロ】 山居倉庫, 日和山公園, 鳥海山, 日本海

港と蔵とケヤキ並木と…

■5日目 8/23(木) : 遊佐 ～ 秋田

遊佐→R7/r56→秋田

走行距離 : 84.7km, 564up

【♨】 星の湯 (360円, ~21:00, 月曜定休)

【買い出し】 ジェイマルエー旭南店 (~23:00)

【宿】 ホテル アルファイン秋田 (4000円, TEL018-866-3355)

【ミドコロ】 神泉の水, 鳥海山, 象潟, 日本海

秋田までの直線距離を鳥海山, 日本海, 飛島を横目に駆け抜ける! 海でゆったりもあるかも

■6日目 8/24(金) : 秋田 ～ 大館

秋田半日フリー→秋田駅⇒大館駅

走行距離 :

【輸行代(3)】 1890円(さらに学割)

【洗濯】 コインランドリーエムズ秋田山王店

【♨】 沼館温泉会館 (250円, ~22:00)

【買い出し】 いくとく大館ショッピングセンター(~19:00)

【宿】 ビジネス民宿ぬまだてハイツ (3900円~, TEL0186-59-7888)

【ミドコロ】 秋田市街, きりたんぼ, いぶりがっこ

「輸行しないver.」あります。

■7日目 8/25(土) : 大館 ~ 十和田湖

大館→r2 (樹海ライン) →十和田湖

走行距離 : 56.8km, 769up

【宿】 宇樽部キャンプ場 (テント1張 1900円, TEL0176-75-2477)

【♂】 シャワー (100円, ~22:00)

【買い出し】 マックスバリュ 小坂店 ←絶対

【ミドコロ】 樹海ライン, 七滝, 発荷峠展望台, 十和田湖

樹海の中を走り抜ける! 湖のほとりでキャンプします。

■8日目 8/26(日) : 十和田湖 ~ 八戸

十和田湖→R102/R45/r8→八戸

走行距離 : 73.6km, 138up 奥入瀬溪流の流れにのって下りまくる!

【♂】 はちのへ温泉 (420円, ~22:00, 無休), ほんぱちぬつく (380円, 22:30, 無休)

【買い出し】 八食センター, よこまちストア類家店

【宿】 いと車 (3000円, TEL0178-28-8493)

【ミドコロ】 奥入瀬溪流, 八戸港, 八食センター (~18:00, 8/22・29休業)

燕島ウミネコ繁殖地

奥入瀬の遊歩道歩きます! 八戸でウミネコを見るときは爆弾にきをつけよう。

■9日目 8/27(月) : 八戸フリー

八戸

走行距離 :

【洗濯】 ラッキーランドリー城下店

【♂】 はちのへ温泉 (420円, ~22:00), ほんぱちぬつく (380円, ~22:30)

【買い出し】 八食センター, よこまちストア類家店

【宿】

【ミドコロ】

海鮮丼作らなイカ?

■10日目 8/28(火) : 八戸 ~ 八幡平

八戸→R104/R4/r6/R282→八幡平

走行距離 : 112.1km, 517up ロングライドおお

【湯】おらほの湯(西根ゲンデルランド) (500円, ~22:00, 第一第三月曜定休)

【買い出し】マックスバリュ 西根店

【宿】ビジネスホテル西根 (5600円, TEL0195-75-1800)

【ミドコロ】岩手山

早起き。以上。

■11日目 8/29(水) 八幡平 ~ 盛岡

八幡平→R282/r278→小岩井農場→R46/r1→盛岡

走行距離 : 49.7km, 411up

【湯】清川湯 (390円, ~21:00, 月曜定休)

【買い出し】スーパーマーケットマルイチ

【宿】スーパーホテル盛岡 (4980~円, TEL019-621-9000)

【ミドコロ】岩手山, 小岩井農場 (入場料 500円), 盛岡市街

牧場スイーツジャン確定。冷麺じゃじゃ麺わんこ蕎麦、最低どれか一つは食べよう。

■12日目 8/30(木) 盛岡 ~ 水沢

盛岡→r16/R4/R397→水沢

走行距離 : 73.9km, 145up

【洗濯】コインランドリーひまわり

【湯】水沢石田温泉 (300円, ~20:00, 無休)

【買い出し】フードパワーセンター バリュウー水沢店

【宿】水沢グリーンホテル (4000円~, TEL0197-24-5212)

【ミドコロ】南部杜氏伝承館, イギリス海岸?

途中,花巻にも寄るかも

■13日目 8/31(金) 水沢 ～ 登米

水沢 R4/r243/R4→平泉→r31→巖美溪→
→R342/r14/R342/r190/r4/r200→登米→r199

走行距離：75.8km, 413up

【♂】みなみかた温泉 (500円, ~20:00, 無休)

【買い出し】ウジエスーパーセンター南佐沼店 (~21:00)

【ミドコロ】平泉 (800円, 8:30~), 巖美溪, 空飛ぶ団子

【宿】ホテルフォーシーズン (Tel0220-29-7570)

VIVA! 世界遺産!!

■14日目 9/1(土) 登米 ～ 仙台

登米→r198/R346→松島→R45→仙台→プレ打ち

走行距離：68km, 263up

【♂】かしわ湯 (400円, ~21:30, 月曜定休)

【買い出し】ダイエー仙台店

【宿】スーパーホテル仙台・広瀬通り (4000円~, Tel022-224-9000)

【ミドコロ】松島, 仙台市街, 牛タン

仙台。プレ打ちで牛タン祭りしましょう。

■15日目 9/2(日) 仙台

仙台フリー→打ちあげ

仙台はいいっすよ～ 街と森の調和がとれてて。定禅寺通りなんか大好きです。

総走行距離：793.1km

総アップ数：5071m

費用：約70000円(3回の輸行代 + 観光費 + 風呂代 + 食費 + 洗濯代 + 25000円)

特徴

- ・観光と走りが1:1になるように組んだつもり!
- ・基本的に外寝(道の駅, 公園, 橋の下), MSR調理ですが, グルメがあるときはそっち優先で
- ・輸行は3回 …かな??
- ・服は(着ている服) + (4着) で
- ・雄大な自然に心洗われたい人, この夏でちょっと絞りたい人, 朝が苦手なPを起こしてくれる人→いいね!
- ・東北の地酒, 飲みましょう
- ・残念ながらPの実家がある福島市にはよりません



「輪行は甘え」ルート (秋田～大館輪行なし, 八戸フリーカット ver)

□6 日目 8/24(金) : ~~輪行~~ 秋田 ～ 能代

走行距離 : 69.5km 43up

【洗濯】 コインランドリーエムズ秋田山王店

【♨】 巴湯 (360 円, ~22:00, 休館日 6 のつく日), 明治湯 (360 円, ~22:00, 10/20・30)

【買い出し】 いとく能代通町店 (~23:00)

【ミドコロ】 秋田ポートタワーセリオン, 八郎潟の田んぼ only, ドラゴンタワー, 能代はまなす壁画, 風の松原
ごめんなさい(> <) ナマハゲカット。 天気が良ければ、夕日が見れるはず。

□7 日目 8/25(土) : 能代 ～ 大館

能代→R101→ランドリー→r143/r205/r64/r317/r322→ふたついで→R7/r2→大館

走行距離 : 56.5km, 325up

【洗濯】 やすとく能代店有人コインランドリートリトン

【♨】 沼館温泉会館 (250 円, ~22:00)

【買い出し】 いとく大館ショッピングセンター (~19:00)

【ミドコロ】

□8 日目 8/26(日) : 大館 ～ 十和田湖

大館→r2 (樹海ライン) →十和田湖

走行距離 : 56.8km, 769up

□9 日目 8/27(月) : 十和田湖 ～ 八戸

十和田湖→R103/R45/r20/R454/R45→八戸

走行距離 : 81.5km, 234up

【洗濯】 ラッキーランドリー城下店

□10 日目 8/28(火) : ~~八戸フリー~~ 八戸 ～ 八幡平

八戸→R104/R4/r6/R282→八幡平

走行距離 : 112.1km, 517up

これにより総走行距離: +126km +368up

総走行距離 : 919km 5588up