

## 信州合宿 2017 夏 山口班

8/21(月) 0日目

新潟駅集合

宿：大山台公園

風：さか井湯 ~22:00

買：チャレンジャー赤道店 ~21:00

8/22(火) 1日目 新潟～佐渡 50km up:346m down:362m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=294dfc2d1a0817ccd9ec8bf38c96b5a0>

フェリー 9:15~11:45 3660円

宿：真野公園

風：八幡温泉 750円 18:00~23:00

買：フレッシュ・マツヤ真野店 ~20:00

8/23 2日目 佐渡～糸魚川 70km up:564m down:483m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=6403cd4d8124cbe7d250682b314a605d>

フェリー 11:50~13:30 5550円

宿：糸魚川市美山キャンプ場 850円+ 一人あたり100円

風：ひすいの湯 ~22:00

買：マックスバリュ糸魚川店 24時間営業

8/24 3日目 糸魚川～富山 86km up:314m down:387m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=9bc4fe8f4432b74dbbdc64f006b7c8af>

宿：岩瀬スポーツ公園

風：越の湯 590円 ~25:00

買：大阪屋ショップ粟島店 ~21:00

8/25 4日目

富山フリー

8/26 5日目 富山～七尾 68.5km up:468m down:423m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=56949f33f8fae678cb645971ea1de547>

宿：希望の丘公園

風：山王湯 ~22:00

買：山成商事(株)スーパー部どんたく東部店 ~20:00

8/27 6日目 七尾～珠洲 96.7km up:777m down:841m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=641531b4a5c0863749fdfae98b0c987e>

宿：鉢ヶ崎オートキャンプ場

買：DAIMARU ~20:00

8/28 7日目 珠洲～志賀 106.7km up:1085m down:1062m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=5a93efcda5a0a558d10aa9c85c2ac348>

宿：リゾートエリア増穂浦 2200円

風：シーサイドヴィラ 600円 ~23:00

買：A コープとぎ店 不明

8/29 8日目 羽咋市～金沢 82.7km up:560m down:566m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=32d0ec39cf304cb8159d1a8a83d2e74f>

宿：西部緑地公園

風：諸江の湯 440円 ~25:00

買：イオンタウン金沢示野 24時間営業

8/30 9日目

金沢フリー

8/31 10日目 金沢～白川郷 77.4km up:1263m down:826m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=eb8f3af6a9c846a15870f758e57febb7>

宿：道の駅白川郷

風：白川郷の湯 700円 ~21:00

買：JA ひだ白川支店 不明

9/1 11日目 白川郷～高山 68.2km up:1115m down:1067m

<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=4e27beae7d70a247740dd81622fe0583>

買：スーパーマーケットバロー高山店 ~21:00

風：天満湯 ~21:00

宿：赤保木公園

9/2 12日目 高山～松本 96.3km up:1719m down:1654m

買：プレうち

風：湯の華銭湯 680円 ~24:00

9/3 13日目

松本フリー

総距離:703km 総 up 数:8211m

予算 7万くらい？

新潟駅集合なので各自、輪講、全走好きな手段で集まってください。

基本海沿いばかり走ります。あまり上らないようにルートを作ったつもりです。乗鞍は回避するつもりです。上りが苦手な人にお勧めです。

ルート変更も可能なので同じ班になった場合は一声ください。

