

DAY	スタート	ゴール	ルート
1	新大阪	快活CLUB 道頓堀店	https://yahoo.jp/stAydf
2		道の駅しんぐう	https://yahoo.jp/N0viBq
3	道の駅しんぐう	鷺湯公園	https://yahoo.jp/_MUNIO
4	鷺湯公園	道の駅 みやま公園	https://yahoo.jp/SbRkZE
5	道の駅 みやま公園	快活CLUB 倉敷児島	https://yahoo.jp/FlpUt1
6	フリー		
7	快活CLUB 倉敷児島	滝宮公園	https://yahoo.jp/DriYIP
8	滝宮公園	高知駅	https://yahoo.jp/f7ghhq
9	フリー		
10	フリー	ファンキータイム朝倉店	
11	ファンキータイム朝倉店	道の駅 にしいや	https://yahoo.jp/gNlvCB
12	道の駅 にしいや	快活CLUB 徳島蔵本店	https://latlonglab.yahoo.co.jp/r
13	快活CLUB 徳島蔵本店	舞子公園or道の駅 東浦ター	https://yahoo.jp/cteBUh
14	神戸フリー		

距離	風呂	宿
13km	快活	
117km	ふれあいの湯	道の駅しんぐう
50km		鷺湯公園
84km		道の駅 みやま公園
22km	快活CLUB 倉敷児島	快活CLUB 倉敷児島
37km	かまぶろ温泉	滝宮公園
72km	高知駅の近くの温泉	高知駅のネカフェ
		ファンキータイム朝倉店
74km	道の駅 にしいや	道の駅 にしいや
100km		快活CLUB 徳島蔵本店
97km	パルシェ香りの湯	舞子公園or道の駅 東浦ターミナルパーク

輸行

四国汽船フェリー～サンポートフェリー乗り場

大歩危～穴吹