

四万十川行程表 ～往路～

19日(金)		距離	時間		備考	道路情報
			到着	出発		
一般道	草津	0		18:00	トヨタレンタカー。運転者は要免許証。	
	南草津	3			駐禁にならないように駐車。	

20日(土)		距離	時間		備考	道路情報
			到着	出発		
一般道	南草津	0		6:00	京都組→キャンパスプラザ前へ。 直行組→直接、桂川PAへ。	キャンパスプラザ前 停車時注意
	京都	28	6:45	7:00	キャンパスプラザ前集合。	
	京都南IC	33				
名神	桂川PA	35		7:50	全体集合！(席替え) 出場者は確実に受付の券を持つこと。	吹田JCT(名神→中国)
中国道	西宮名塩SA	84				中国吹田～西宮名塩 渋滞注意 神戸JCT(中国→山陽)
山陽道	三木SA	117	9:30	9:50	100台	
	龍野西SA	165			120台	
	吉備SA	230	11:10	11:30	70台	倉敷JCT(山陽→山陽) 早島(山陽→瀬戸中央)
瀬戸中央	鴻ノ池SA	261			94台 GSなし	坂出(瀬戸中央→高松) 坂出JCT(高松→高松)
	与島PA	272			336台	
高松道	豊浜SA	320	12:30	13:30	73台 昼休憩。混んでるかも。	川之江JCT(高松→高知) 川之江東JCT(高知→高知)
高知道	南国SA	380			63台 GSなし	
	須崎東IC	411			直進して須崎道路へ。	ねずみ捕り注意
須崎道路	かわうその里すさき	427				須崎道路は無料。
	中土佐IC	435		14:50	100km受付までに給油すること！！ (明日のために出来るだけ会場に近いほうがいい) 買い物組：上から順に通過。 マルナカ久礼店 TEL:0889-40-1210 (中土佐付近) サンシャイン四万十店 TEL:0880-22-2700 (窪川付近) サニータウン四万十店 〒787-0010 (中村付近)	
一般道	あぐり窪川	454			道の駅。GSなし。	
	ピオスおおがた	491			トイレあり。	
	四万十市民 スポーツセンター	506	17:00	18:00	受付は18:00まで！ 全体写真o(^-^)o	
	四万十楽舎	533	18:30		〒787-1323 高知県四万十市西土佐中半408-1 (旧幡多郡西土佐村) TEL:0880-54-1230 (夕食後、応援組は打ち合せ)	道が細い箇所があるので注意。

料金	通常	ETC
本州四国連絡橋	4100	1900
高速	6950	3800
合計	11050	5700

～復路～

21日(日)～22日(月)	距離	時間		備考	道路情報
		到着	出発		
一般道	四万十楽舎	0			道が細い箇所があるので注意。
	略(行動は前日決定)			前日に決めたとおりに移動、応援。 100km, 5:00開会式。 5:30藤岡(ワレオカ)中学校前スタート。 60km, 7:30～9:00に四万十町こいのぼり公園で受付。 9:30開会式, 10:00スタート	
	中村中高旧グラウンド	約150		19:30レース終了。全体集合。 できれば昼のうちに給油して余裕を作ること！！ 全員集合→集合写真→急ぎで温泉へ。	
	四万十温泉平和な湯	155	20:20	23:00 住所:高知県四万十市古津賀1660番地 TEL:0880-31-0877 風呂23:00まで。入浴料600円+石鹸・シャンプー60円。各自払い。 ご飯22:00まで。隣にコンビニ、ファミレスあり。 席替え(温泉駐車場または隣のコンビニ。ケースバイケースに、邪魔にならないように。) 応援組は22:30に集合して、車の割り振りを決める。 基本的には運転3人+選手。病院送りの人が出たらそれ用に1台用意する。 人が足りなければ、運転に慣れた人2人+選手。 全体集合 京都・草津での集合は無し。	
一般道	あぐり窪川	203			トイレは24時間利用可能。
須崎道路	中土佐IC	222	0:20		須崎道路は無料。
高知道	須崎東IC	234	0:50		
	南国SA	275			GSは19:00まで。 川之江東JCT(高知→高知) 川之江JCT(高知→高松)
高松道	豊浜SA	335	2:00	2:20	GS・売店は24時間open。 坂出JCT(高松→高松) 坂出(高松→瀬戸中央)
瀬戸中央	鴻ノ池SA				GSなし。 早島(瀬戸中央→山陽) 本線上料金所あり。 倉敷JCT(山陽→山陽)
山陽道	吉備SA	423			GS・売店は24時間open。 神戸JCT(山陽→中国) 吹田JCT(中国→名神)
	龍野西SA	488	3:50	4:10	
	三木SA	536			
中国道	西宮名塩SA	569	5:00	5:20	
名神	京都南IC	620	6:00		
	京都	625	6:20		適宜、各車で判断。
一般道	南草津	655	7:30		

瀬戸大橋利用	通常	ETC
本州四国連絡橋	4100	2050
高速	6950	3500
合計	11050	5550