



※給水のみ

給水  
エイド ヒメサコリの小径入口 標高 77m

関門 11:30

第1  
エイド 長瀬神社入口 標高 186m

関門 12:30

第2  
エイド 中央登山道分岐点 標高 411m

第4  
エイド 乗薬師 標高 651m

第3  
エイド 栗ヶ岳山頂 標高 1290m

関門 13:00

START/FINISH

いい湯らてい

関門 15:00