

歩け大会 コース案内

初めて参加される方は、事前に車等で下見をされることをお勧めします。
100kmコースの方は、夜間暗くなるとビルなどの目印が見えなくなり
昼間とは感覚が違いますので道を間違えないように注意してください。

曲がり角などコースが大きく変わる場所にはサポートスタッフが案内しますが
当日の交通事情などによりポイントに間に合わない場合もありますので
事前に確認をするなど自己責任でのご参加をお願いします。

チェックポイントでは通過時間をチェックします。指定された時間にCPにて
スタッフがゼッケンを確認しますので必ず立ち寄ってください。
チェックを受けずに先へ進んだ場合は残念ですが失格となりますので
ご注意ください。



ホテルタ立荘から、球場に移動し、
開会式を行います。

夕立荘	往路 3班
100kmゴール	復路 5班

■ 往路

■ 復路

開会式の場所から
スタートします。



夕立荘で受付を済ませた方は、
開会式会場へ移動して下さい。

詳細図0

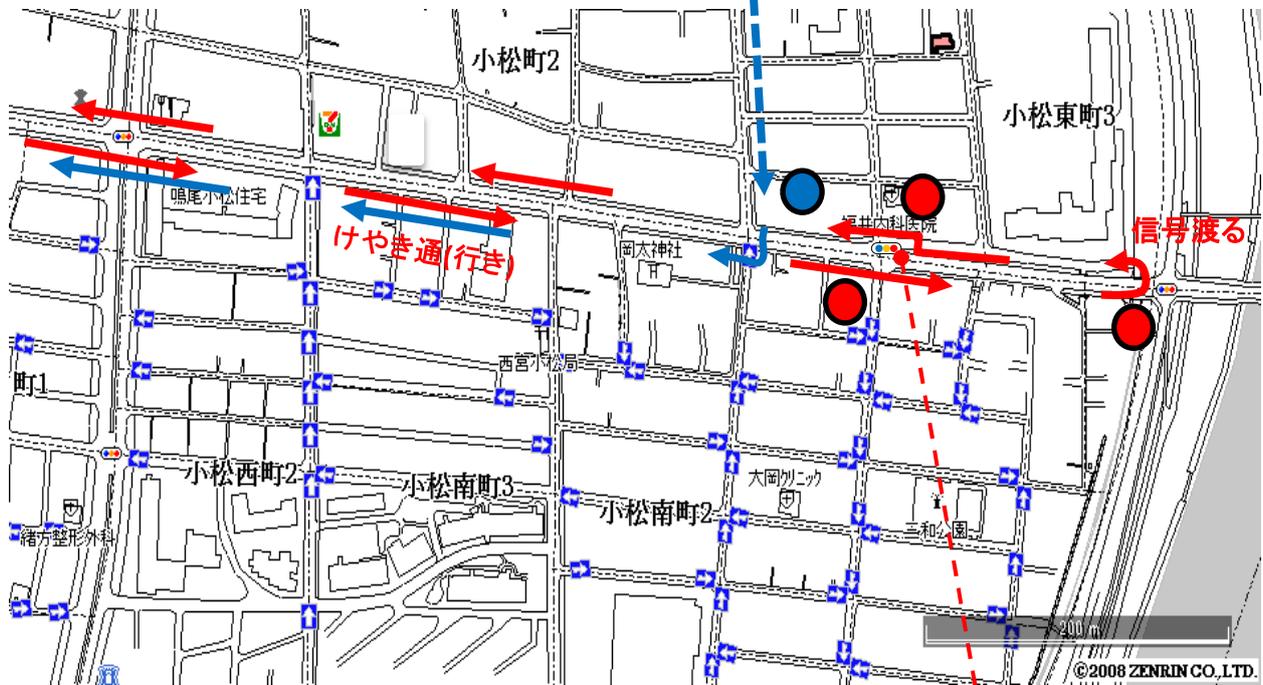
旧国道武庫川折り返し

けやき散歩道・武庫川

往路 5班

復路 2.3.5班

けやき通(帰り) ※詳細図-16参照

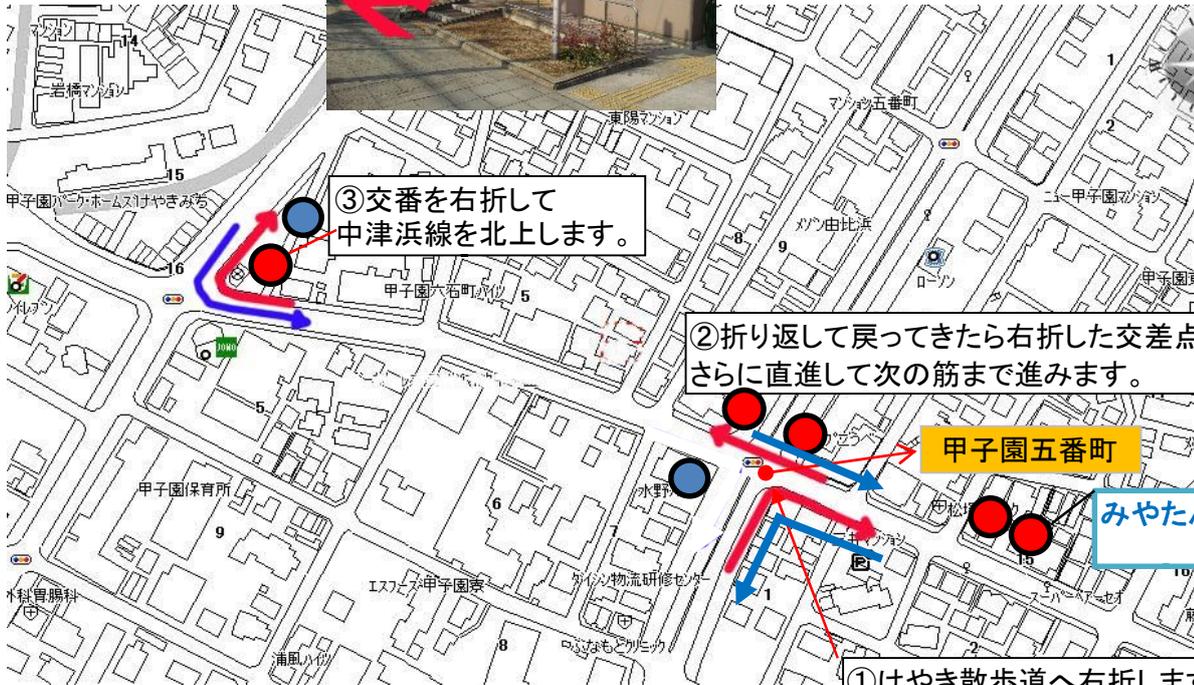


往路

復路

みやたん・甲子園五番町 往路 5班
 中津浜交番・瓦木交差点 往路 1班

交番が目印



③交番を右折して
中津浜線を北上します。

②折り返して戻ってきたら右折した交差点を
さらに直進して次の筋まで進みます。

①けやき散歩道へ右折します。
武庫川まで突き当たって折り返し。

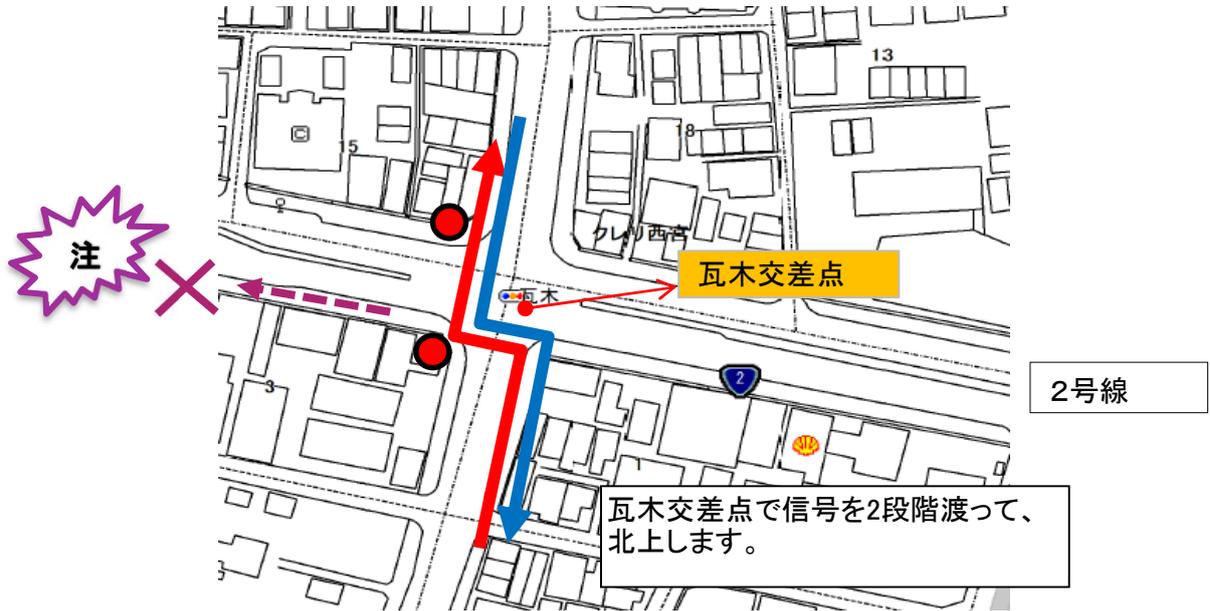
往路 (Red arrow)
 復路 (Blue arrow)



詳細図 1

瓦木交差点

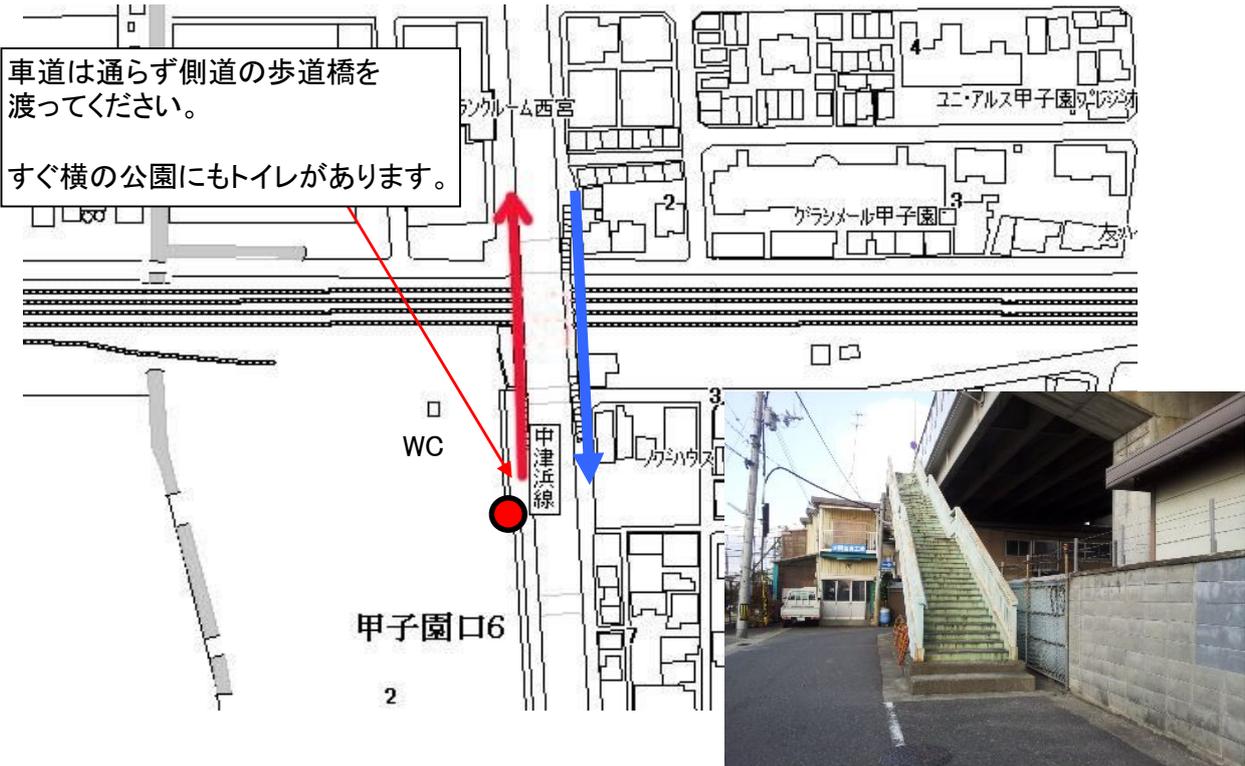
往路1班



往路

復路

中津浜線 往路 1班
リタイヤ班
往路 3.4班
リタイヤ班



中津浜線を北上します。
消防署の向かいに第9CPの公園がありますので100kmの方は覚えてください。



第9CP 復路 4班

往路

復路



若山町 往路 2班
復路 リタイア班

171号線に着いたら若山町の交差点を鋭角に左折します。(歩道橋の横)

詳細図2





「上り坂」は「車道」になりますので側道へ進みます。

往路

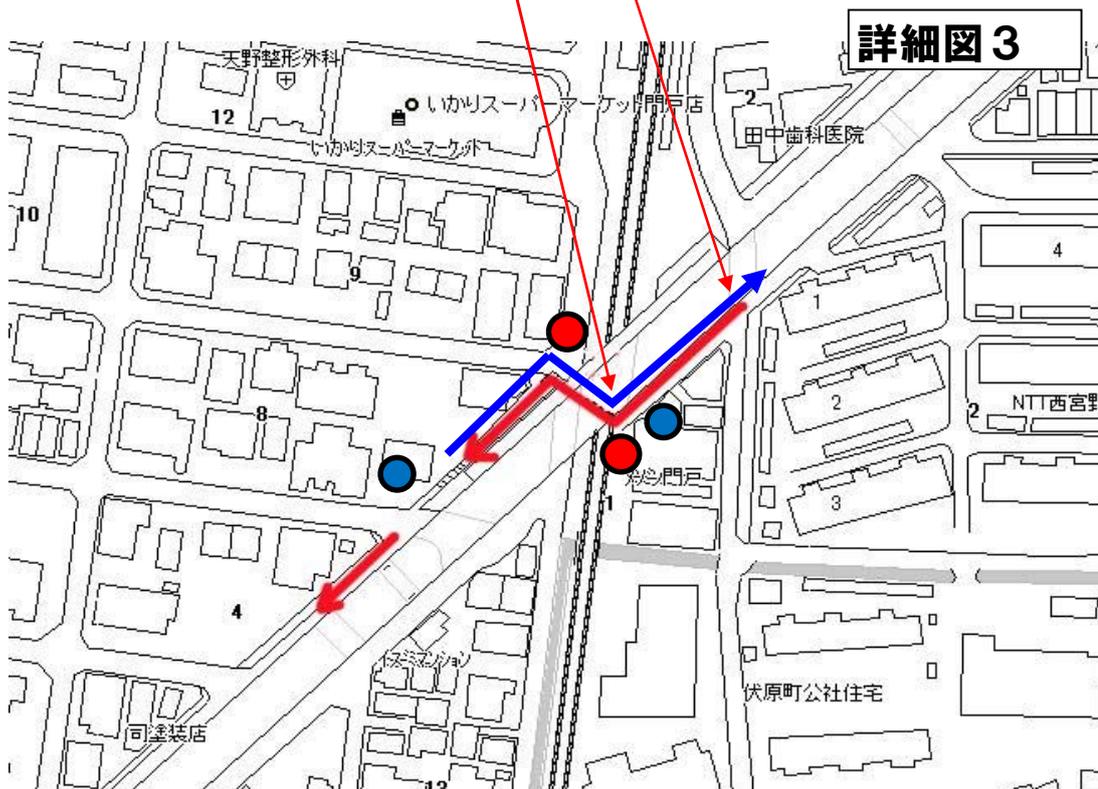
復路



側道を進むと陸橋がありますのでスロープに進みます。

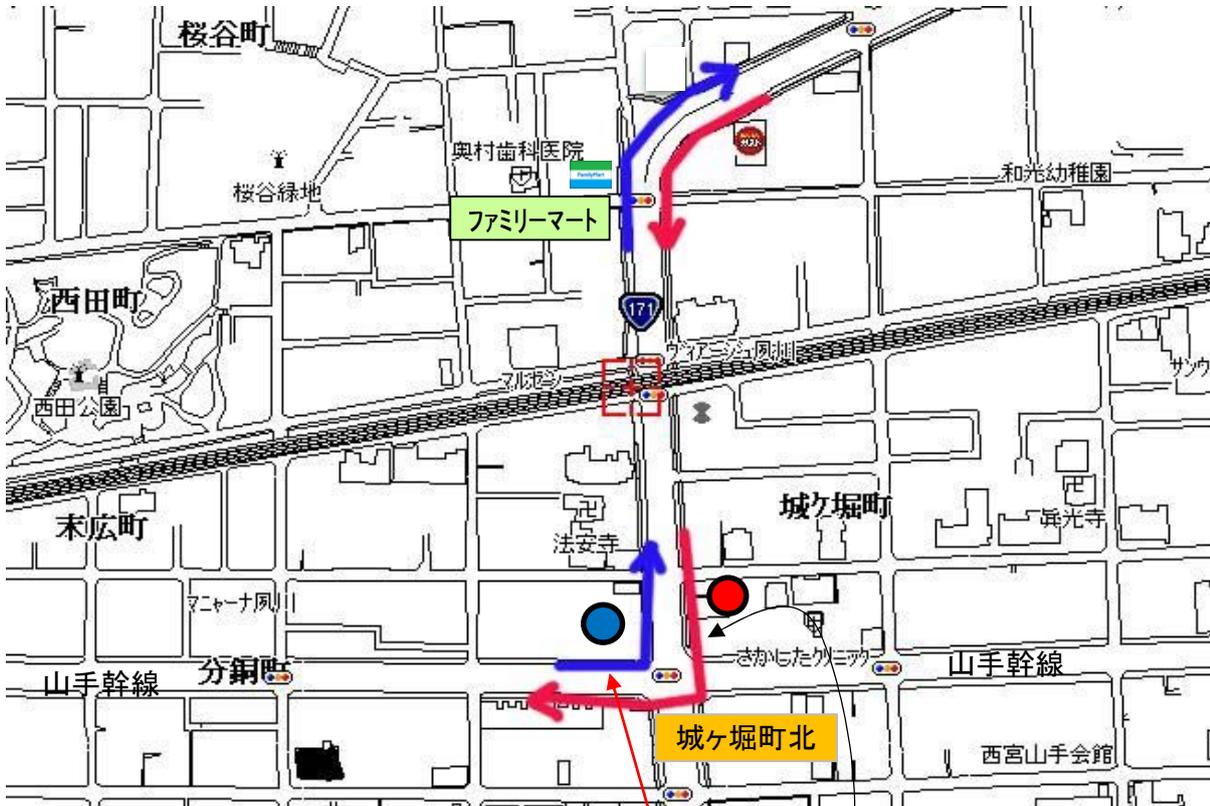
ぐるっと回って道の反対側の歩道まで出ます。

171高架
往路 2班
復路 1班
リタイア班



山幹交差点 往路 4班
復路 1班

詳細図4



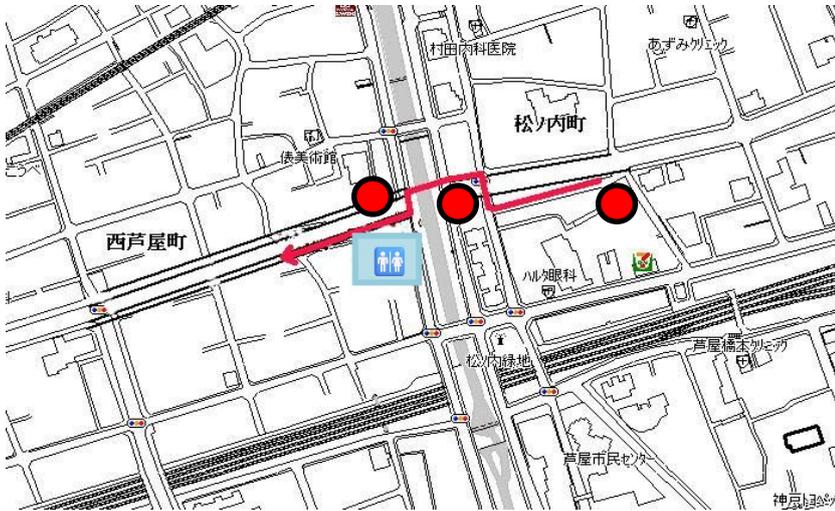
171号線と山手幹線が交わる交差点を右折してください。

往路 (Red arrow)
復路 (Blue arrow)



100kmコースの方は深夜この角を曲がることを間違えないように。
(角にはラーメン店 夢屋台があります)

しばらくはひたすら山手幹線を直進します。 **芦屋トンネル** 往路 5班
途中、芦屋川に突き当たりますのでトンネルをくぐってください。



深夜の芦屋トンネルはサポートスタッフがつきません。18歳未満・女性の一人歩きがある場合は、前もって情報を確認し、見守りをお願いします。

そのまま直進すると道の左側に第1CPの岡本公園があります。

詳細図 5

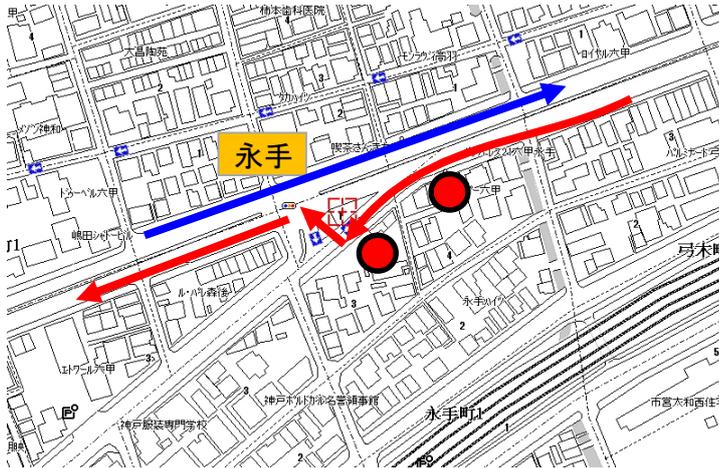
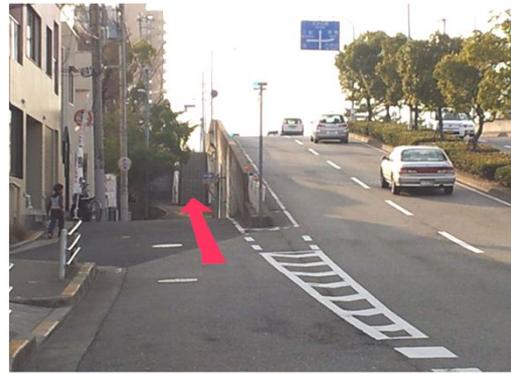


注意)
岡本のCPにはトイレの設備がありません。
手前のセブンイレブンか、道の向かいのファミリーマートを利用することになります。

往路	往路 1班
復路	復路 2班

第2.7CP

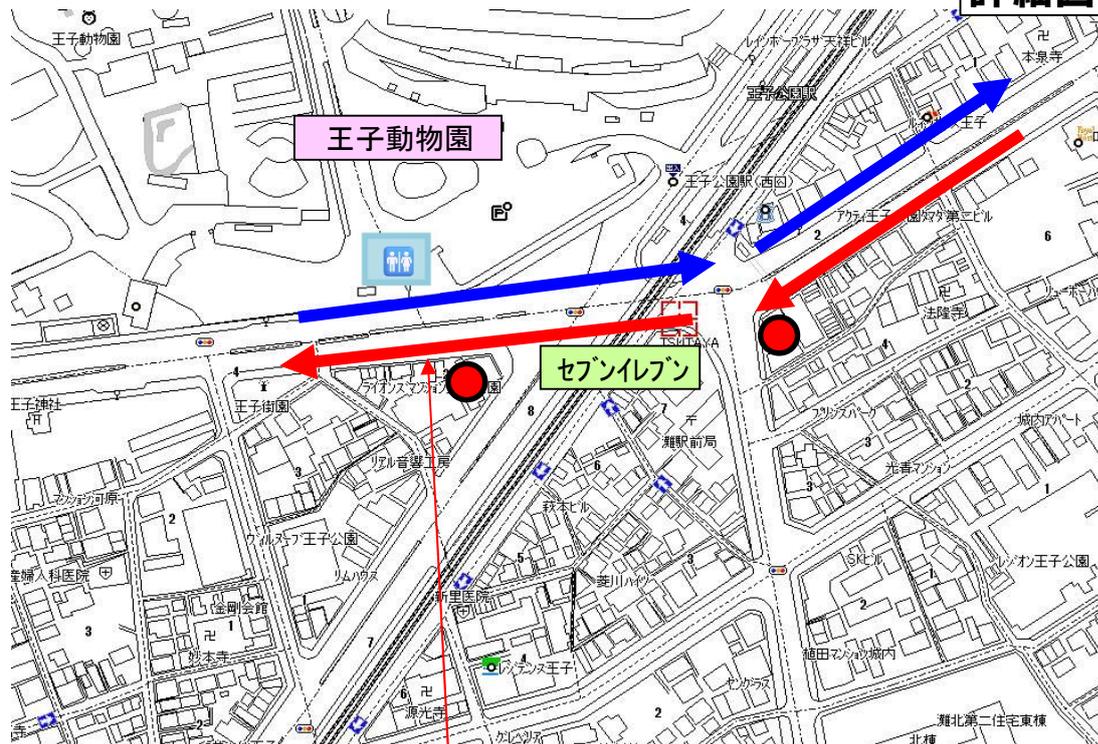
岡本CPを過ぎると川に突き当たりますので側道から階段を上がってください。



永手 往路 リタイ班

往路
復路

詳細図6



王子公園、王子動物園を右手に見ながら直進します。

王子公園 往路 3班



往路

復路

クラウンプラザ神戸が見えたら
フラワーロードを三宮方向にカーブしながら
南下します。

人通りも多くなりますのでマナーを守りましょう。

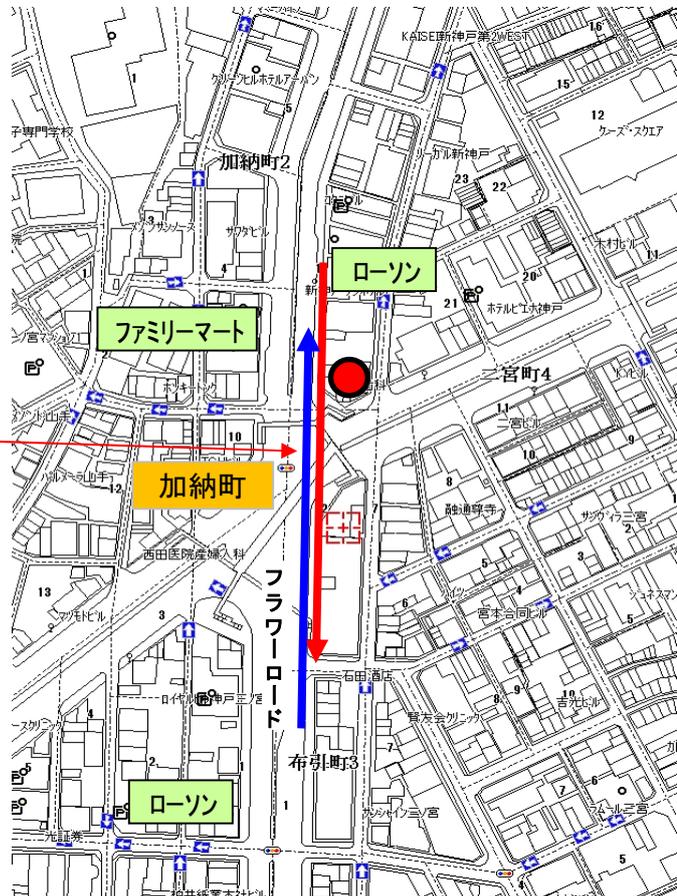


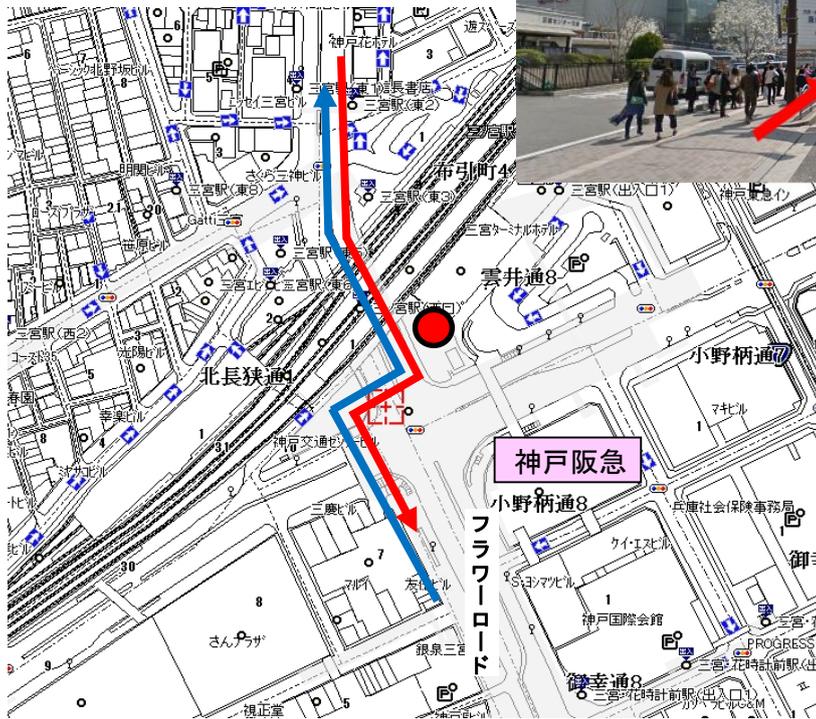
詳細図 7

新神戸～三宮 往路 4班



加納町の交差点では、
歩道橋に上らず、
まっすぐ横断歩道を渡ってください。





三宮 往路 4班

三宮の高架下をくぐり、神戸阪急のある大きな交差点で、歩道を渡ります。

往路

復路

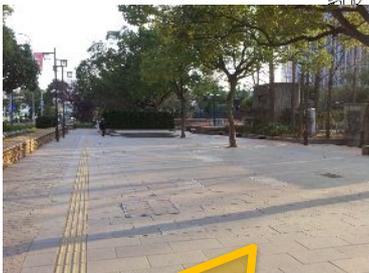
そごうを左手に海に向かいます。



詳細図 8

第2.7CP 往路 2班 復路 3班

神戸市役所を右に見て進むと第2CPの東遊園地です。ここが50kmコースで半分の距離になります。



復路ではおしるこが振舞われます。

エスタシオンデ神戸の角を
右折します。



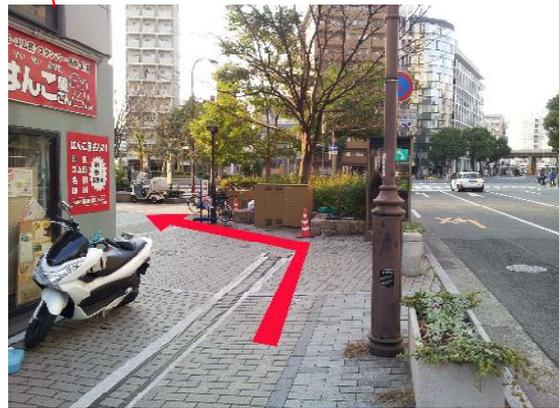
元町付近
往路 5班
復路 リタイア班

郵便局の前を
元町のアーケードの前で
左折、多間通りへ進みます。

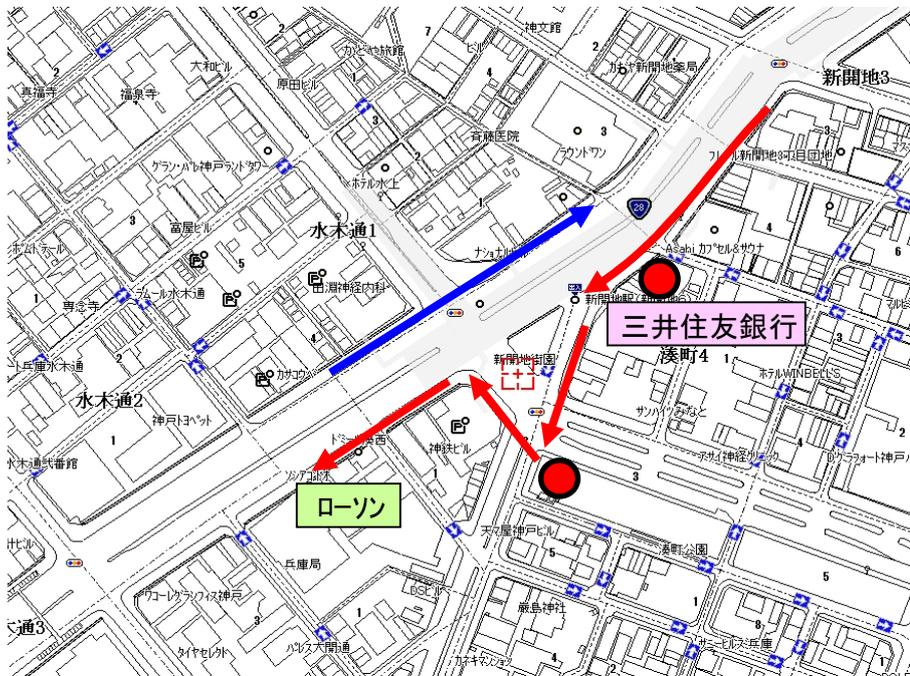
詳細図 9



JRの高架をくぐって進みます。

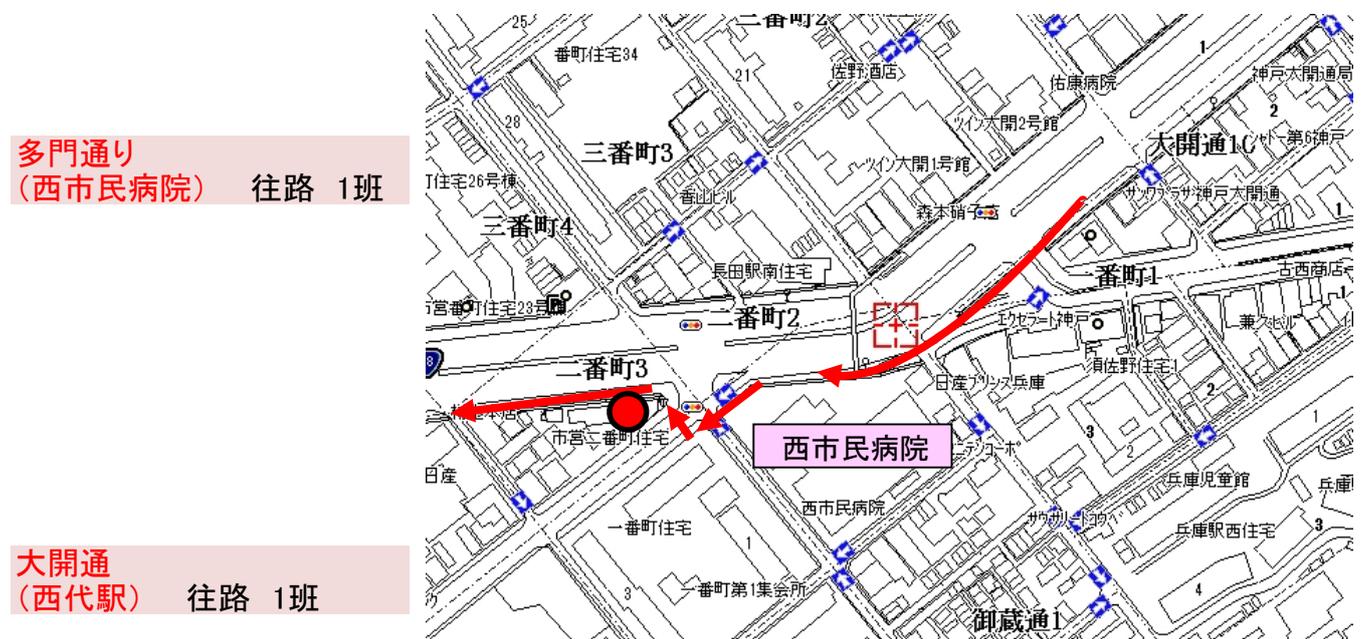


往路
復路



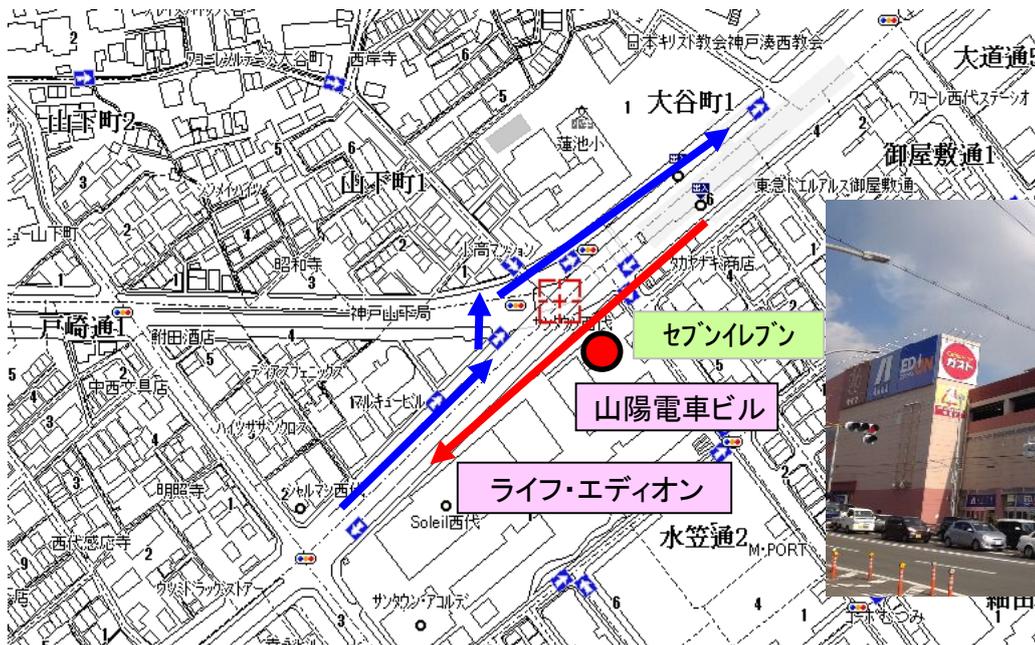
多門通り
(新開地駅) 往路 リア仔班

往路
復路



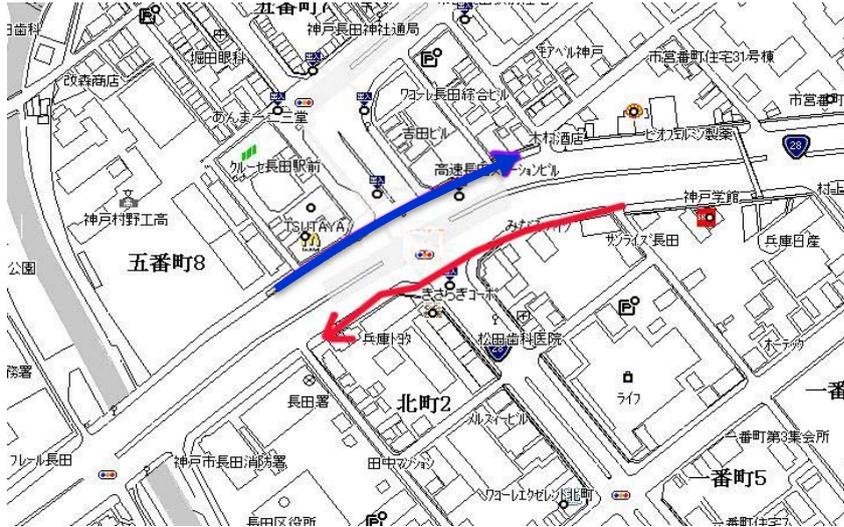
多門通り
(西市民病院) 往路 1班

大開通
(西代駅) 往路 1班



注意: 深夜の西代高架下はサポートスタッフがつきません。18歳未満・女性の一人歩きがある場合は、前もって情報を確認し、見守りをお願いします。

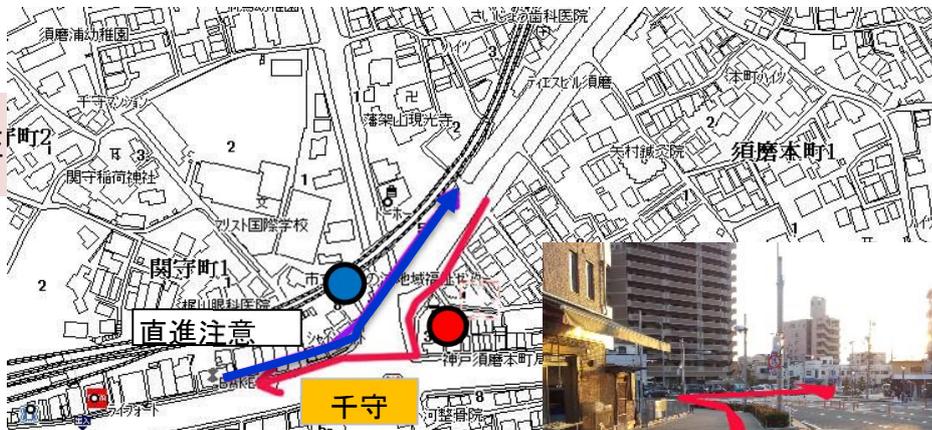
詳細図10



千守にて2号線と合流しますので信号を渡って道の右側を歩いてください。

詳細図11

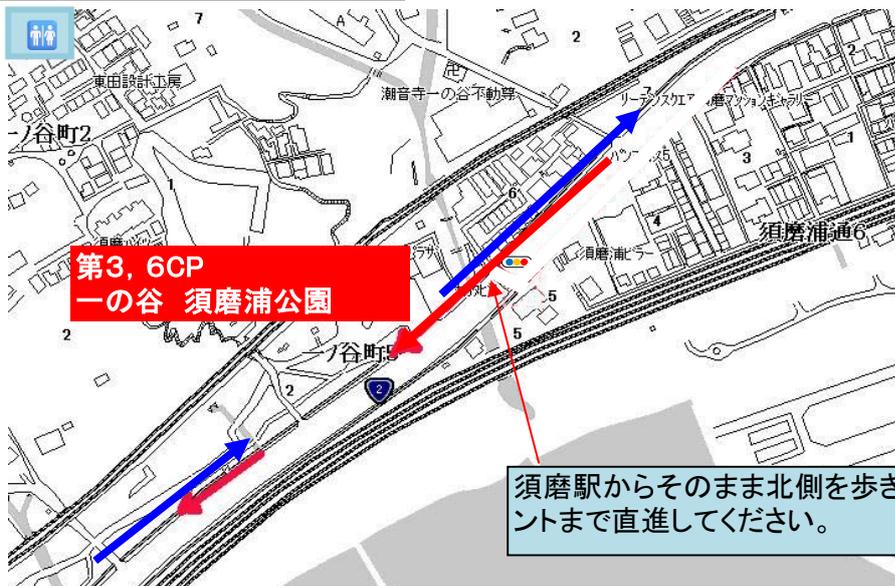
千守(須磨本町)
 往路 リタイア班
 復路 3.4.5班



100kmの方は、日が暮れるとこのY字路が判りにくくなりますので間違わないように須磨浦からの道は左側(北側)を歩くことを薦めます
 間違ると2号線を直進してしまうので注意してください。

詳細図12

第3CP
 往路 3班
 復路 1班



■ 往路
 ■ 復路

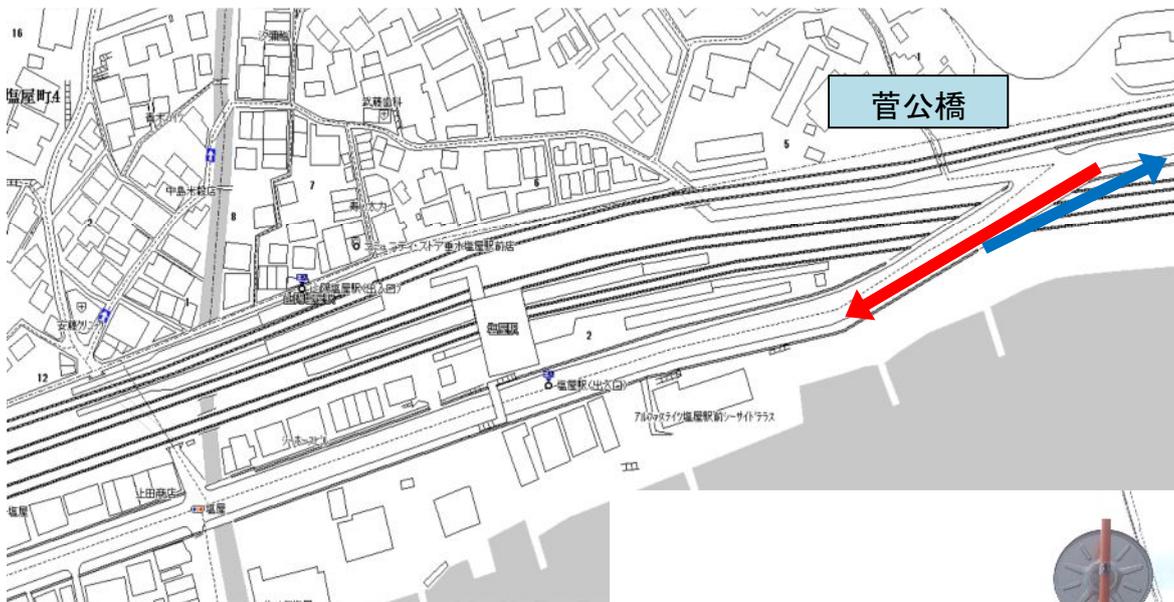
須磨駅からそのまま北側を歩き、チェックポイントまで直進してください。

須磨浦公園のチェックポイントを出たら、最初の信号で海側の歩道へ渡ります。

往路
復路



詳細図13



第3チェックポイントの須磨浦公園から舞子公園の手前まで約5.5kmコンビニがありません。
1時間近くトイレ休憩が出来ませんので注意してください。

※第3チェックポイントの須磨浦公園に公衆トイレがあります。

第4CP
往路 4班

詳細図14

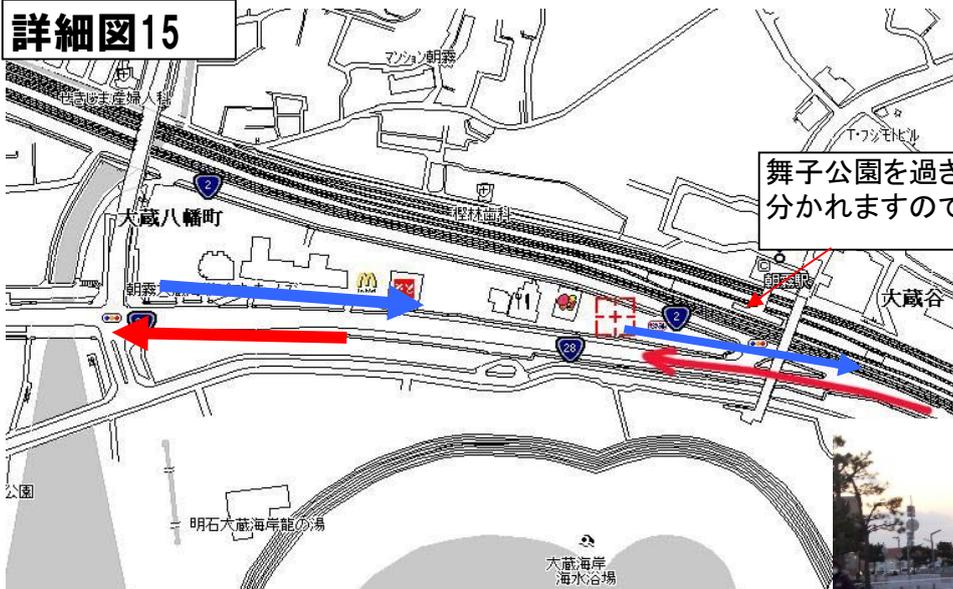


注意)

100kmコースの復路は舞子公園はチェックポイントではありません。
明石から須磨浦公園まで約12km一気に向かうこととなりますので休憩のタイミングをよく考えてください。

50kmコースの方、明石までのラストスパート5kmは約1時間半です。
第4チェックポイントの通過時刻が18時30分を越えると時間が厳しくなります。

詳細図15



往路

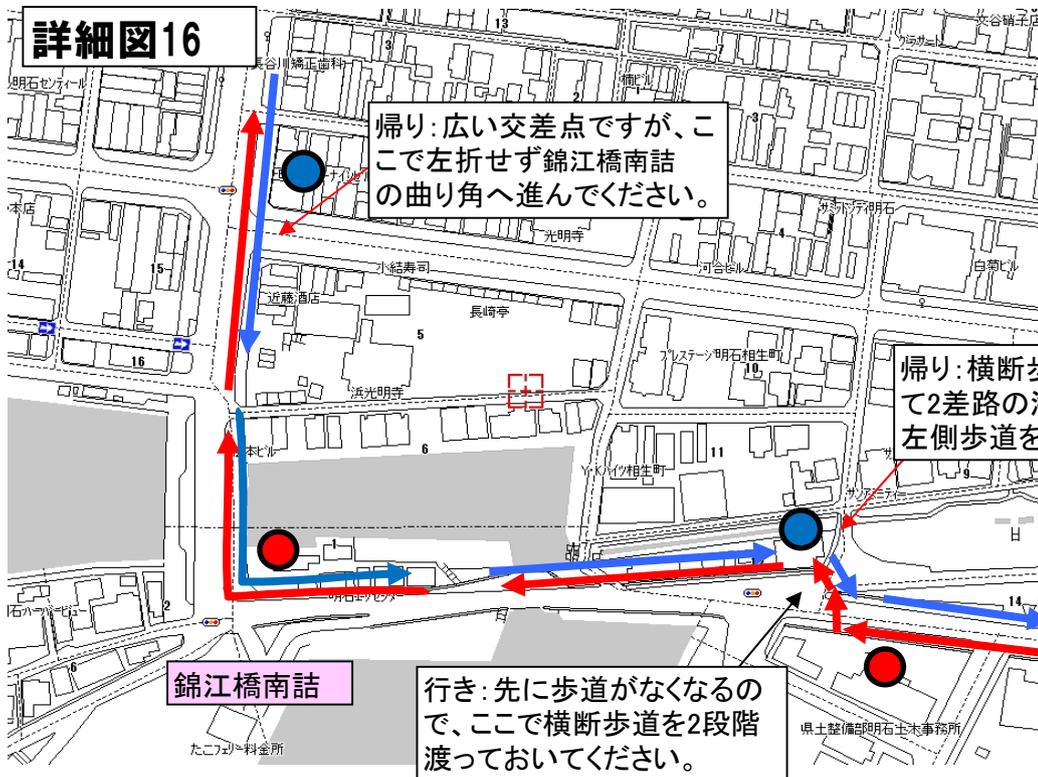
復路

舞子公園を過ぎて朝霧駅の前で道が二股に分かれますので海岸側を進みます。

夜は海風が冷たいので明石にて防寒対策をして下さい。
各CPでは荷物の受け渡しはできません。
50km明石CPで必ず受け取ってください。



詳細図16

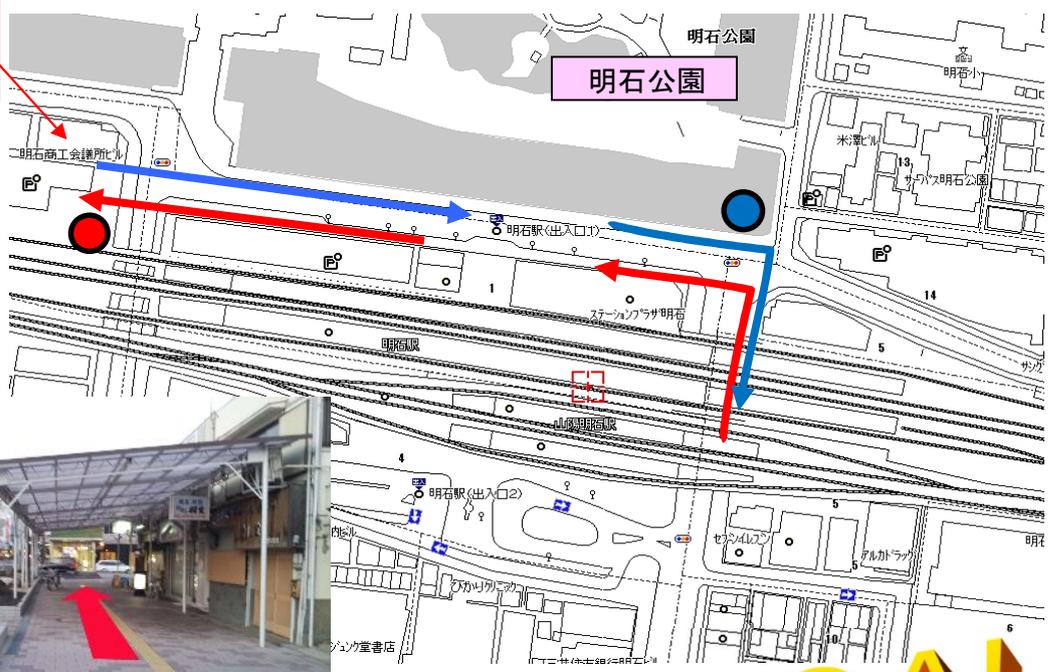


大蔵海岸
往路 1班
復路 2班

往路
復路

50kmゴール
第5CP
明石市商工会議所

第5CP
50kmゴール 5班

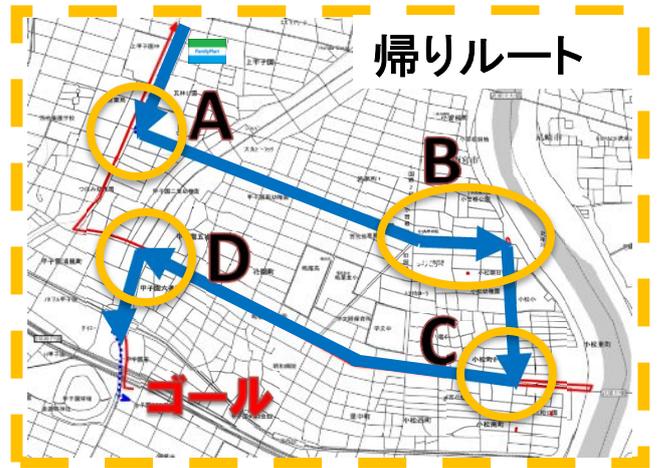


ついに50kmコースのゴールです。
6階集会室にて休憩できるようになっており、スタッフが温かいものを用意してお迎えます。到着タイムをご確認ください。

詳細図17

復路

春風小学校～岡太神社 復路 2.3.5班
リタイヤ班



国道2号線を渡って左手のコンビニを過ぎたら、陸橋のある交差点(春風小学校角)まで進み、左折します。



左にレストラン神戸屋を過ぎて、セブンイレブンのある5差路を直進。
↓
武庫川にほど近いところまで来ると左手に「株式会社シンエイ」の看板が見えてきます。
シンエイを右折し直進します。

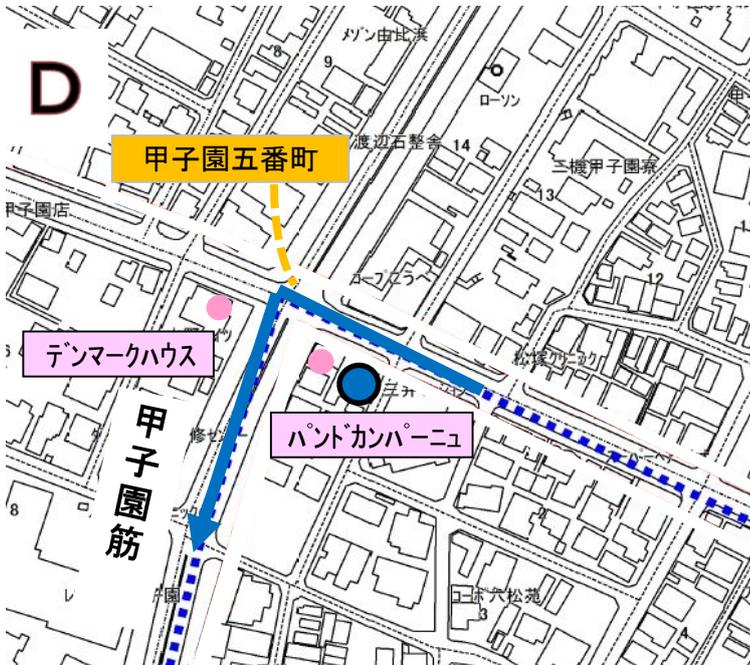


昼のシンエイ

夜のシンエイ

復路

信号のある交差点になると、そこは「けやき通り」です。けやき通りを渡って岡太神社の前を右折します。



甲子園五番町の交差点を左折し、甲子園筋を南下します。ゴールはもう目の前！！

甲子園筋～タ立荘(ゴール) 復路 5班

GOAL

100kmゴール
甲子園ホテルタ立荘

ついに100kmコースのゴールです。おめでとうございます！到着タイムをご確認ください。

