



福俵PA
Fukutawara PA

九十九里町
Kujukuri

片貝IC
Katakai IC

小沼田IC
Konumata IC

83

今泉PA
Imaizumi PA

不動堂IC
Fudodo IC

九十九里IC
Kujukuri IC

真亀JCT
Magame JCT

大網白里市
Oamishirasato

138

31

南白亀川
Nabaki River

白子町役場
Shirako Town Office

白子IC
Shirako IC

白子町
Shirako

長生村役場
Chosei Village Office

84

123

長生村
Chosei

長生IC
Chosei IC

八積
Yatsumi

BIKE START / FINISH

RUN START

トランジションエリア
Transition Area

SWIM START / FINISH

FINISH

上総一ノ宮
Kazusa Ichinomiya

外房線
Sotobo Line

東浪見
Torami

Ichinomiya Bathing Beach
一宮海水浴場

BIKE START/FINISH

RUN START

トランジションエリア
Transition Area

ハッピー・サイエンス
ユニバーシティ (HSU) 運動場

30

SWIM START/FINISH

九十九里ビーチライン
Kujukuri Beach Line

ローソン
Lawson

新一宮大橋
Shin-Ichinomiya Long-Bridge

FINISH

一宮海水浴場
Ichinomiya Bathing Beach

- SWIM COURSE**
Middle 1.9km Olympic 1.5km
- BIKE COURSE**
Middle 91.1km Olympic 40.0km
- RUN COURSE**
Middle 21.0km Olympic 10.0km

**BIKE
START/FINISH**

ハッピー・サイエンス・
ユニバーシティ (HSU) 運動場

トランジションエリア
Transition Area

30

SWIM START

SWIM FINISH

一宮町
Ichinomiya

九十九里ビーチライン
Kujukuri Beach Line

ローソン
Lawson

新一宮大橋
Shin-Ichinomiya Long-Bridge

Ichinomiya Bathing Beach
一宮海水浴場

-  **SWIM COURSE (Middle Distance)**
スイムコース (ミドルディスタンス)
1.9km
-  **SWIM COURSE (Olympic Distance)**
スイムコース (オリンピックディスタンス)
1.5km
-  **BIKE COURSE**
バイクコース
-  **エイドステーション**



九十九里町
Kujukuri

片貝IC
Kataikai IC

福俵PA
Fukutawara PA

小沼田IC
Konumata IC

今泉PA
Imaizumi PA

不動堂IC
Fudodo IC

大網白里市
Oamishirasato

九十九里IC
Kujukuri IC

真亀JCT
Magame JCT

白里IC
Shirasato IC

九十九里有料道路
Kujukuri Toll Road

九十九里浜
Kujukuri Beach

南白亀川
Nabaki River

白子町役場
Shirako Town Office

白子IC
Shirako IC

白子町
Shirako

ミドルディスタンス (2周回)

オリンピックディスタンス (1周回)

長生村役場
Chosei Village Office

長生IC
Chosei IC

長生村
Chosei

一宮海水浴場
Ichinomiya Bathing Beach

BIKE
START/FINISH

トランジションエリア
Transition Area

- **BIKE COURSE (Middle Distance)**
バイクコース (ミドルディスタンス)
91.1km
- **BIKE COURSE (Olympic Distance)**
バイクコース (オリンピックディスタンス)
40km
- **RUN COURSE**
ランコース
- 💧 **エイドステーション**

31

138

84

123

128

75

25

八積
Yatsumi



- **RUN COURSE (Middle Distance)**
ランコース (ミドルディスタンス)
21km
- **RUN COURSE (Olympic Distance)**
ランコース (オリンピックディスタンス)
10km
※オリンピックディスタンスのランコースは、10km強となります。
- **BIKE COURSE** バイクコース
- エイドステーション**