

上級 アップダウンに富んだ道程 走るほどに魅かれていく。

I 大田原ヒルクライム
Otagawa Hill Climb

Start
カラコ足湯
↓4分
千曲川サイクリング道路
↓40分
千曲橋《左折》R403へ
↓13分
治田小東《右折》R403
↓13分
県道390号《右折》
きつじの坂
↓45分
大田原マレットパーク
↓6分
大田原マレットパーク方面へ
↓15分
佐野薬師堂
↓20分
桑原宿 R403
↓1分
竹林の湯 ★横槍正宗長野路線
★開眼寺 ★大雲寺の蓮池
↓10分
治田町《左折》
↓1分
稲荷山信号《右折》
↓11分
千曲橋《右折》
千曲川サイクリング道路
↓42分
カラコ足湯
total 03:40:00 3,422kcal
+見学・休憩時間 83.0km

Goal

中級 ママチャリでも安心 土蔵の町をゆっくり楽しもう。

D 蔵の町稲荷山コース
Cycling Road to Inariyama

Start
カラコ足湯
↓4分
千曲川サイクリング道路
↓15分
平和橋《左折》
↓5分
八幡辻《右折》
↓5分
武水別神社
↓12分
稲荷山信号
↓3分
土壁の道
↓3分
★ふるさと漫画館
↓3分
郵便局《左折》
↓4分
稲荷山宿舎し館
千曲川サイクリングロード復路や あんずの里へ
total 00:51:00 211kcal
+見学・休憩時間 9.9km

Goal

上級 歌枕の里・善光寺街道 娘捨山の裾野をぐるりと回り。

H 娘捨山周回ヒルクライム
Obasute Mtn. Loop Hill Climb

Start
カラコ足湯
↓4分
千曲川サイクリング道路
↓20分
平和橋《左折》
↓10分
八幡峯交差点
↓20分
R403 合流点
↓10分
聖湖
↓15分
麻績宿交差点
↓8分
筑北村交差点
↓35分
坂上トンネル
↓20分
智識寺
↓5分
大沢橋《直進》
↓6分
カラコ足湯
total 02:30:00 3,239kcal
+見学・休憩時間 40.8km

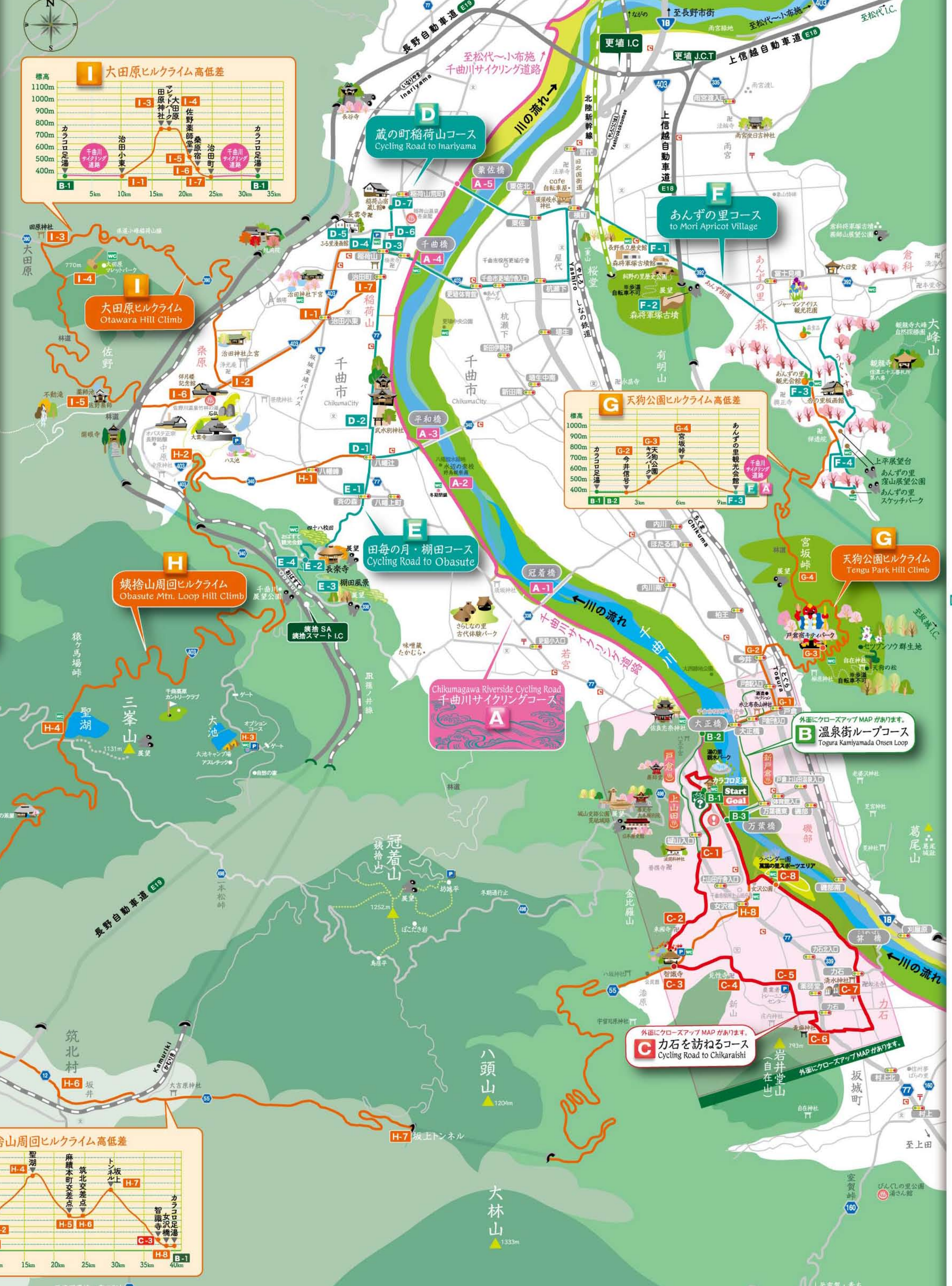
Goal

中級 日本一の棚田と千曲川風景 山里を走り長楽寺へ。

E 田毎の月・棚田コース
Cycling Road to Obasute

Start
カラコ足湯
↓4分
千曲川サイクリング道路
↓15分
★野鳥観察園
↓5分
平和橋《左折》
↓5分
八幡辻《左折》
↓5分
斎の森 直進
↓10分
最後の坂は 自転車を押すかも……
長楽寺
↓3分
棚田 ★展望
↓5分
JRおぼすて駅
千曲川サイクリング道路や 武水別神社などへ
total 00:47:00 367kcal
+見学・休憩時間 8.4km

Goal



中級 川沿いの下り道を走って 季節の彩り豊かな山里へ。

F あんずの里コース
to Mori Apricot Village

Start
カラコ足湯
↓4分
千曲川サイクリング道路
↓50分
栗佐橋《右折》
↓12分
栗佐宿 R18を横断 踏切を渡る
県立歴史館
↓10分
県道392号・335号
あんずの里観光会館
↓10分
あんずの里展望公園
あんずの里公園・古墳館
往復40分 3.0km 徒歩
森將軍塚古墳
total 01:10:00 893kcal
+見学・休憩時間 10.4km

Goal

基幹道 川沿いの快走ロード。 千曲川サイクリング道路。

A 千曲川サイクリングコース
Chikumagawa Riverside Cycling Road

Start
カラコ足湯
↓4分
大正橋通過
★佐良志神社
千曲川サイクリング道路
↓10分
冠着橋通過
↓5分
水辺の学校
★野鳥観察園
平和橋通過
千曲橋通過
↓10分
栗佐橋通過
千曲川サイクリング道路復路 稲荷山やあんずの里へ 千曲川沿い松代・布施方面へ
total 00:41:00 171kcal
+見学・休憩時間 8.7km

Goal

上級 天狗が待っている公園から ぐねぐね上り坂をエンジョイ。

G 天狗公園ヒルクライム
Tengu Park Hill Climb

Start
カラコ足湯
↓4分
大正橋《渡り》
↓7分
戸倉信号《左折》
↓5分
今井信号《右折》
↓4分
踏切を渡る
↓10分
戸倉宿キティパーク
林道宮坂線ヒルクライム
↓19分
宮坂峠
宮坂峠から千曲川を望む
total 01:10:00 893kcal
+見学・休憩時間 10.4km

Goal

中級 日本一の棚田と千曲川風景 山里を走り長楽寺へ。

E 田毎の月・棚田コース
Cycling Road to Obasute

Start
カラコ足湯
↓4分
千曲川サイクリング道路
↓15分
★野鳥観察園
↓5分
平和橋《左折》
↓5分
八幡辻《左折》
↓5分
斎の森 直進
↓10分
最後の坂は 自転車を押すかも……
長楽寺
↓3分
棚田 ★展望
↓5分
JRおぼすて駅
千曲川サイクリング道路や 武水別神社などへ
total 00:47:00 367kcal
+見学・休憩時間 8.4km

Goal