

100 km	距離	地名	形態	水	ポカリ	コーラ	翁飴	笹団子	タブレット (塩分、ク エン酸、ブ ドウ糖)	バナナ	オレンジ	ミニトマト	備考
1	3.3	藤塚こどもの家	給水	○	○								
2	6.2	三郷地区公民館	エイド	○	○	○	○		○	○	○	○	
3	9.3	豊原小学校	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	光ヶ原高原手打ちそば、おにぎり(塩、 山菜おこわ)、板倉特産笹団子
4	12.5	塩曽根地内駐車場	給水	○	○	○							麦茶
5	14.5	清里中学校	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、山菜炊込みごはん、水餃子、 坊太郎漬(きゅうり)
6	17.1	岩の原葡萄園下	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
7	20.5	牧区総合事務所	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、おぼろ汁、麦茶
8	25.6	旧川上笑学館	エイド	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、甘酒、麦茶
9	29.5	切越神明社下	給水	○	○	○							
10	31.7	安塚B & G海洋センター(第1関門)	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	くじら汁、おにぎり
11	35.0	行野えびすや前駐車場	給水	○	○	○							
12	36.8	行野線・棚岡	エイド	○	○	○			○				
13	39.3	大島生活改善センター(第2関門)	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、舞茸汁、インスタントコー ヒー
14	41.2	細野吹切峠	給水	○	○	○							
15	44.4	坊金中川商店前	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
16	47.7	旧安塚交番給水所	給水	○	○	○							
17	50.5	虫川大杉駅	給水	○	○	○							
18	52.2	浦川原区総合事務所(第3関門)	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、うどん
19	56.0	朔日峠手前駐車場	エイド	○	○	○			○				
20	58.8	道之下 林道道下・町田線入口	エイド	○	○	○			○				
21	62.4	吉川区総合事務所	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	そば、うどん
22	66.6	柳ヶ崎バス停前	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
23	69.0	柿崎区総合事務所(第4関門)	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、おかゆ、つみれ汁、和・洋菓 子
24	73.9	上下浜会館(郵便局隣)	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
25	76.0	大湯老人福祉センター	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、海賊汁
26	78.5	大湯町小学校	給水	○	○	○							
27	81.1	大柳集落開発センター	エイド	○	○	○			○				
28	83.2	ユートピアくびき希望館	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	甘酒、ごもくおこわおにぎり、つけも の、ミニおやき
29	86.5	保倉小学校(第5関門)	エイド	○	○	○			○				
30	90.3	上広田公民館	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	あおき味噌の味噌汁(雪中梅の酒粕と秋 山農場のシイタケだしの2種類)、も ちっとまんじゅう、昆布茶
31	93.3	諏訪保育園	エイド	○	○	○			○				
32	97.0	西小猿屋集落開発センター	給水	○	○	○							
33	100.0	謙信公武道館	フィニッシュ	○	○	○	○	○		○	○	○	おにぎり、豚汁、うどん
50 km	距離	地名	形態	水	ポカリ	コーラ	翁飴	笹団子	タブレット (塩分、ク エン酸、ブ ドウ糖)	バナナ	オレンジ	ミニトマト	備考
1	6.4	丹原	給水	○	○				○				
2	10.3	長浜	エイド	○	○				○	○	○	○	
3	13.7	郷津	給水	○	○				○				
4	17.2	船見公園(第1関門)	エイド	○	○		○	○	○	○	○	○	
5	19.1	さくらメディカル	給水	○	○				○				
6	20.6	五智国分寺	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
7	23.4	林泉寺	給水	○	○	○			○				
8	25.1	埋蔵文化財センター	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
9	26.7	大学前町内会館	給水	○	○	○			○				
10	29.3	いがらし整形外科	給水	○	○	○			○				
11	31.0	金谷山(第2関門)	レスト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	おにぎり、たけのこ汁
12	34.0	イレブンプラザ	給水	○	○	○			○				
13	36.0	高田城	エイド	○	○	○	○		○	○	○	○	
14	38.1	おおぞら公園	給水	○	○	○							
15	41.2	前島記念館(第3関門)	エイド	○	○	○	○		○	○	○	○	
16	44.0	諏訪保育園	エイド	○	○	○			○	○	○	○	
17	47.8	西小猿屋集落開発センター	給水	○	○	○			○				
18	50.8	謙信公武道館	フィニッシュ	○	○	○	○	○		○	○	○	おにぎり、豚汁、うどん