

なつかしの国 石見

# 石見グランフوند 2026

実走 MAP 2026/5/10 (200km/170km/135km)

- 石見山塊往還コース 200km
- 石見山塊コース 170km
- 石見路探訪コース 135km

全部門、三瓶自力登坂は第6エイド制限時間  
15時45分を経過するとできません。  
スタッフ車両にて第7エイドまで搬送します。

## START! GOAL!!

出発時間：07:00  
最終制限：18:00

久手海水浴場駐車場

200キロコース

170キロコース

135キロコース

走行距離：30.0km  
制限時間：09:30

### CP NO.1

温泉津ふれあい館

135キロコース

170キロコース

200キロコース

L182km / M150km / S115km

### CP NO.7

西の原駐車場

ゴールデンルートピアおおち

### CP NO.6

L170km / M139km / S104km  
全部門三瓶自力制限：15:45

170km・135km  
併走区間

走行距離：85.8km  
制限時間：14:00

川本公園管理棟 (135km 昼食会場)

### CP NO.8

135キロコース

170キロコース

### CP NO.2

今井美術館

走行距離：68.2km  
制限時間：12:30

200km・170km  
併走区間

### CP NO.4

香木の森 (昼食会場)

走行距離 104km  
170km 制限：13:00

走行距離：143.2km  
制限時間：14:15

### CP NO.5

旧三江線宇都井駅

### CP NO.3

交流プラザまてん

走行距離：85.4km  
制限時間：12:00



200km 詳細



170km 詳細



135km 詳細