



いい!いいづな
TRAIL RUNNING RACE

ロング

20km 累積標高 1000m
制限時間 4 時間 30 分 (11:00~15:30)

ショート

10km 累積標高 500m
制限時間 3 時間 30 分 (12:00~15:30)

START/GOAL

いいづな
ふれあいパーク

長野国際 CC



みとやま
三登山

▲三登山 923m

もとどり
三登山

▲三登山 744m

ショート
エイド
約5km



エイド
約12km

関門14:00 (3時間)



旧水道道路

WS
約7km



10km

15km

5km

高岡神社

浅川西平

浅川福岡

浅川西条

蚊里田八幡宮

上野

北国街道

土野

土野(三)

土京川

田子池

吉

隈取川

北国街道

三本松

柳里