

# 南伊豆町 みちくさウルトラマラソン

## 11月16日 開催

100 km

78 km

66 km

体重  
へらないよ



### エイドステーションメニュー

やばい  
俺、食われる



|    |             |   |
|----|-------------|---|
| 1  | 一条竹の子村      | 自家製ポタージュスープ、おしる粉、水ようかん、バナナ                                    |
| 2  | 大 浜         | レモンの砂糖漬け、そば稲荷(茶そば)、ブルーベリーゼリー、ワカメスープ、玉子焼                       |
| 3  | 手石・伊豆漁協     | 漁協の干物、魚の竜田揚げ、生姜としめじのおにぎり                                      |
| 4  | 大瀬・アロエセンター  | アロエヨーグルト、磯のりうどん、アロエ茶、アロエようかん                                  |
| 5  | 石廊崎オーシャンパーク | 野菜いっぱいカレースープ、ひじきコロッケ、しそとおかかおにぎり、梅干し、コーラ                       |
| 6  | 中 木         | 岩のりのおにぎり、ひじきの混ぜご飯おにぎり、貝の味噌汁、チョコ、他、飲み物                         |
| 7  | 差田・ことぶき商店   | 猪汁、ところてん(黒蜜、三杯酢)、ウーロン茶  |
| 8  | 上小野・公会堂     | オーガニック野菜スープ、玄米がゆ、梅干し、つけもの、ポップコーン、ふかしサツマイモ(はちみつトッピング)          |
| 9  | 農協南上店前      | つきたてみかん餅、げんこつ飴、わかめと玉ねぎのみそ汁(手作り味噌使用)、温州みかん                     |
| 10 | 青野大師ダム      | 一口稲荷、のり巻、磯物のみそ汁、コーラ   |
| 11 | 蛇石・斉藤商店     | 鶏飯、豚汁、パン、おでん、ゼリー、しょうがジュース、チョコレート、梅干し                          |
| 12 | 長者ヶ原・山ツツジ公園 | お汁粉、おにぎり、ジュース(甘夏、シソ、梅)、コーラ、水、ポカリ、金柑砂糖煮、蜂蜜レモン                  |
| 13 | 天神原・公民館     | リンゴ、カボチャスープ、コンニャクみそ田楽、ピクルス、チョコバナナ、石窯焼チャーシュー、赤しそジュース、梅ジュース、コーラ |
| 14 | 雲 見         | おにぎり(紅しょうが)、ゼリー(トマト、甘酒)、牛乳かん、レモンハチミツ漬け                        |
| 15 | 波 勝 崎       | とろろ飯、自家製つけもの(生姜の酢漬け・みそ漬け)、温かいお茶、その他                           |
| 16 | 伊 浜・漁 港 前   | サザエめしのおにぎり、わかめのおにぎり、磯物の味噌汁、梅干し、キャンディー                         |
| 17 | 一丁田・アート村    | 鹿肉カレー、バーベキュー(しし肉、地元野菜)、イチヂクコンポート、ミックスジュース、カニ汁、渋抜き柿、コーラ        |
| 18 | 子 浦         | 五目おにぎり、ピクルス彩々、玉子焼き、レモン砂糖漬け、梅干し、コーラ、その他                        |
| 19 | 吉 祥         | 温ソーメン、芋ようかん、ミネストローネ、(温・冷)コーヒー・ココア・麦茶・レモネード                    |
| G  | 青野川ふるさと公園   | 伊勢海老の味噌汁、さざえごはん(おにぎり)、岩のりコロッケ、しる粉、コーラ、漬物                      |

日本最大級  
**19** エイド  
箇所  
※100km コース

