

100km 65km

0 100km コース距離

0 65km コース距離



エイド



関門



**START**  
横須賀ヴェルニー公園



**GOAL**  
ソレイユの丘

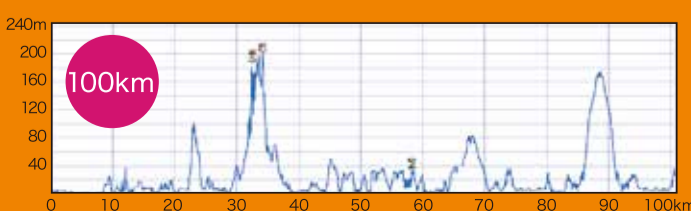
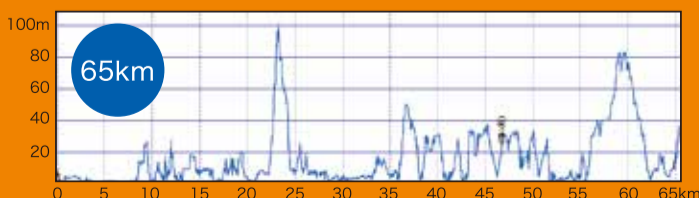
関門 100km 16:00



関門  
100km 12:00  
65km 15:00  
リタイアバス  
100kmコースは12:30ころ  
65kmコースは15:30ころ  
※ソレイユの丘(GOALまで)

| No   | エイド名       | 100km        | 65km | 設営時間          |
|------|------------|--------------|------|---------------|
| スタート | 横須賀ヴェルニー公園 | 0            |      |               |
| 1    | ポートマーケット   | 1.7          |      | 5:00 ~ 10:00  |
| 2    | 馬堀(市民プール)  | 5.8          |      | 5:30 ~ 10:30  |
| 3    | 観音崎        | 9.7          |      | 6:00 ~ 11:00  |
| 4    | 燈明堂        | 17.0         |      | 6:30 ~ 12:00  |
| 5    | 神明公園       | 21.4         |      | 7:00 ~ 12:30  |
| 6    | 野比海岸       | 26.0         |      | 7:30 ~ 13:00  |
| 7    | 武山         | 28.9         |      | 7:50 ~ 9:30   |
| 8    | 三浦海岸       | 38.8         | 30.3 | 9:00 ~ 15:00  |
| 9    | 劔崎         | 45.8         | 37.3 | 9:30 ~ 14:45  |
| 10   | 城ヶ島        | 53.9         | 45.4 | 10:15 ~ 16:00 |
| 11   | 三崎港        | 60.3         | 51.8 | 11:00 ~ 16:45 |
| 12   | 引橋         | 66.7         | 58.2 | 11:30 ~ 17:00 |
| 13   | ソレイユの丘     | 73.5         |      | 12:00 ~ 16:00 |
| 14   | 西行政センター    | 77.8         |      | 12:30 ~ 16:30 |
| 15   | 佐島公園       | 80.8         |      | 13:00 ~ 17:00 |
| 16   | 立石公園       | 84.1<br>91.8 |      | 13:15 ~ 18:15 |
| 17   | 湘南国際村西公園   | 89.6         |      | 13:30 ~ 18:00 |
| 18   | ソレイユの丘     | 100          | 65.0 | 12:00 ~ 20:00 |

高低図



# 横須賀・三浦100km・65km エイド情報

|    |                   |   |
|----|-------------------|---|
| 1  | ポートマーケット          | スタートしてすぐだから…[ひとくちサイズ]で手軽に食べてね♪  |
|    | 酔処と愉快的仲間たち        | カナッペ気分で♪色々ティップ[ひとくち]パン!、フルーツ缶詰、お菓子、お新香  |
| 2  | 馬堀(市民プール)         | 今年は白玉、給食も風景も堪能してね! (*^_^*)v   |
|    | チームやっちゃえ          | 白玉ランド(お汁粉、きな粉、ゴマ、みたらし)、ポテトサラダ、玉子焼き、スティックパン、漬物類、コーラ、ラッキー給食(フルーツポンチ、杏仁豆腐、マンゴープリン) |
| 3  | 観音崎               | Mic'21スペシャルエイド  |
|    | 三浦半島地区ビジネス異業種交流会  | 猿島わかめ入り刺身こんにやく、老舗の横須賀ソフトフランスパン、カットバナナ   |
| 4  | 燈明堂               | Mic'21スペシャルエイド  |
|    | 株式会社サンライズサービス     | 寿司屋が作る特製いなり寿司   |
| 5  | 神明公園              | 久里浜のがんこじじいといじわるばあさん達  |
|    | 野菜とフルーツエイド!!      | カステラ、プチ大福、ミートボール、あいがもロース、朝づけ野菜、フルーツ各種   |
| 6  | 野比海岸              | 今年も海軍カレーパンと塩キャベツで決まり!   |
|    | かまくRUN            | 海軍カレーパン、塩キャベツ、炭酸ジュース  |
| 7  | 武山                | 山登りご苦労様エイド  |
|    | 武山地域の応援団          | あめ、ちょこ、バナナ  |
| 8  | 三浦海岸              | みのりファームのTKG & 浜茶屋太海のおさしみ唐揚げ   |
|    | みのりファーム・浜茶屋太海     | みのりファーム:TKG(たまごかけご飯)、おしんこ 浜茶屋太海:おさしみ唐揚げ(新鮮なお魚の唐揚げ)                              |
| 9  | 劔崎                | 松輪の豆腐エイド  |
|    | カレスのなかまたち         | 松輪のゴマ豆腐・杏仁豆腐、しおキャベツ、せんべい、おかし、麦茶   |
| 10 | 城ヶ島               | ホッと一息 癒やしのエイド・ハーベスト・きくな   |
|    | NPO法人 ハーベスト・きくな   | パウンドケーキ、クッキー、ラスク、ハーブティー   |
| 11 | 三崎港               | 三崎港和菓子エイド   |
|    | 合資会社宮田屋           | だんご、あん玉、揚げ餅、ぬれあんず、和三盆クッキー(ココア)、漬物類(梅干し、浅漬け等)                                    |
| 12 | 引橋                | 引橋エイド   |
|    | 特定非営利活動法人 三浦はまゆう  | 天草100%ゼリー、りんご、自家製梅干しおにぎり、ごまおにぎり、ぶっかき氷   |
| 13 | ソレイユの丘            | 愛す(アイス)エイド  |
|    | 酔処と愉快的仲間たち        | アイス(チョコ・ストロベリー・ブルーベリー)、麦茶   |
| 14 | 西行政センター           | 杏・マン(あん・まん)エイド  |
|    | みちくさタコ&ゴリラ        | 杏仁豆腐、マンゴープリン、プチアンドーナツ、梅干し   |
| 15 | 佐島公園              | 細い路地を入れてきてね♪  |
|    | 酔処と愉快的仲間たち        | ひとくちジャムサンド、水ようかん、お新香、お菓子、ジュース類  |
| 16 | 立石公園              | 夕日スポットエイド   |
|    | 演劇集団トムランド         | フルーツポンチ、その他   |
| 17 | 湘南国際村西公園          | ようこそ!! 地獄坂へ   |
|    | 演劇集団トムランド         | ドリンクバー、どら焼き   |
| 18 | ソレイユの丘            | おめでとう完走エイド  |
|    | 南伊豆町ウルトラマラソン実行委員会 | マグロ漬け丼、他  |

エイドの内容は変更する場合があります。



## マナーガイド

マナーを守れないランナーは失格とさせていただきます。

信号は守りましょう

左側を走り、並走禁止

マナー・モラルを守った行動を

歩行者を優先しましょう

ゴミは持ち帰りましょう

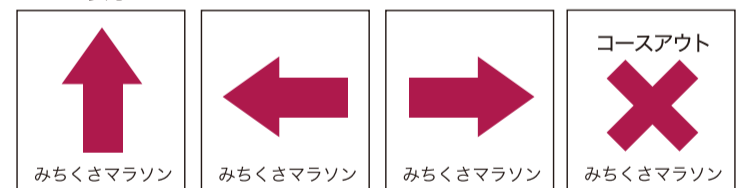
立ち小便禁止

コンビニたむろ禁止

懐中電灯・ヘッドライトを忘れずに

## コース表示・キロ表示について

コース表示



上記の矢印の方向に進んでください

キロ表示



5キロごとに表示が  
ございます。

100kmはオレンジ、65kmはAB共通でブルー表示しています。  
★危険な場所や誤りやすい場所以外は誘導員がいませんので各自で地図をご覧ください



### お願い マイカップを持参してください

今大会はエコの観点から、各所の給水・給食場所での紙コップを用意せず、参加ランナーの方々にマイカップをご持参頂く事にいたしました。三浦半島の美しい自然・景観を守る為、ご協力をよろしくお願いたします。

