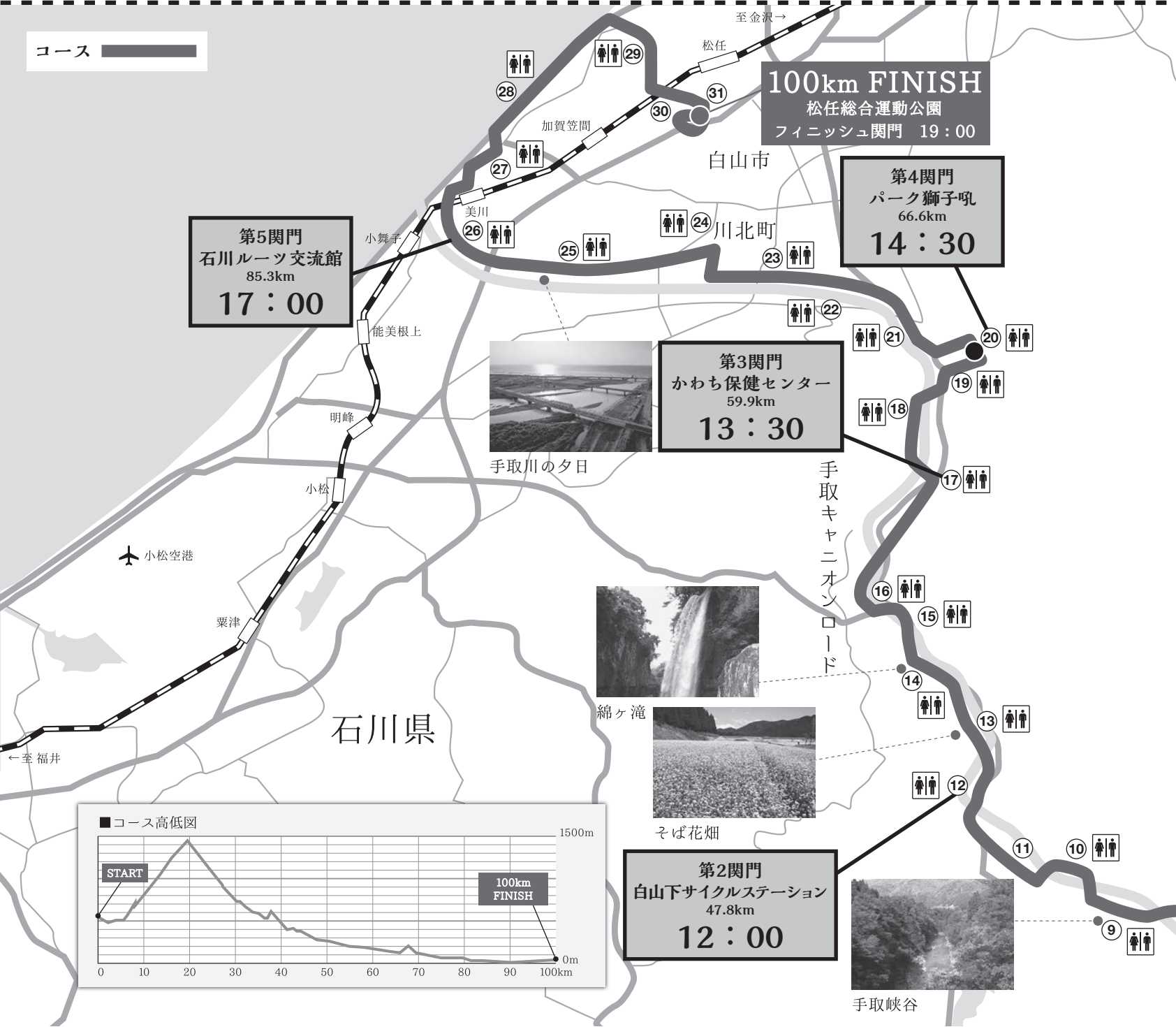


◆コースマップ



No.	関門	トイレ	救護所	距離	エイド名	炭酸飲料	ミネラル	フルーツ	給食	エネルギー	マイカップ マイボトル エイド	おもてなし
17	③	○	○	59.9km	かわち保健センター		塩タブ		ドーナツ			そばソフト
18		○		62.0km	広瀬	○	塩タブ		パン・ドーナツ			
19		○		65.3km	白山比咩神社 表参道駐車場		梅干し	オレンジ	チョコ	湘南Gエナジー	○	靴きゅうり
20	④	○	○	66.6km	パーク獅子吼		塩タブ	バナナ	チョコ			甘酒
21		○		69.4km	十八河原公園	○	梅干し	レーズン	パン			
22		○		72.0km	明島		塩タブ		パウム	粉飴ジェル		梨
23		○		74.4km	川北大橋	○	梅干し		パン・ドーナツ			いちじく
24		○		78.0km	川北町保健センター	○	塩タブ	バナナ	ドーナツ			いちじく太鼓
25		○		81.3km	手取フィッシュランド		梅干し	オレンジ	チョコ	あまざけ		レモンはちみつ
26	⑤	○	○	85.3km	石川ルーツ交流館	○	塩タブ		チョコ		○	美川の豆腐
27		○		88.1km	アブリコットパーク		梅干し	バナナ・冷凍パイ	パウム			
28		○		91.5km	松任石川環境クリーンセンター	○	塩タブ		パン	粉飴ジェル		
29		○	○	94.4km	松任海浜公園	○	梅干し		パン			フルーツトマト
30				97.3km	千代野中交差点		塩タブ	バナナ	ドーナツ・チョコ			
31				98.8km	千代尼通り商店街		梅干し		パン・ドーナツ			あんころ
F	⑥	○	○	100.0km	松任総合運動公園			レーズン	チョコ	あまざけ		

白山白川郷ウルトラマラソン名物！

おもてなし食材

おろしうどん

おもりこし汁

あんころ

おからドーナツ

親鸞聖人の遺徳を偲び、「恩に報いる講」として行われる法会の後、ふるまわれる北陸の地に伝わる料理の一品です。

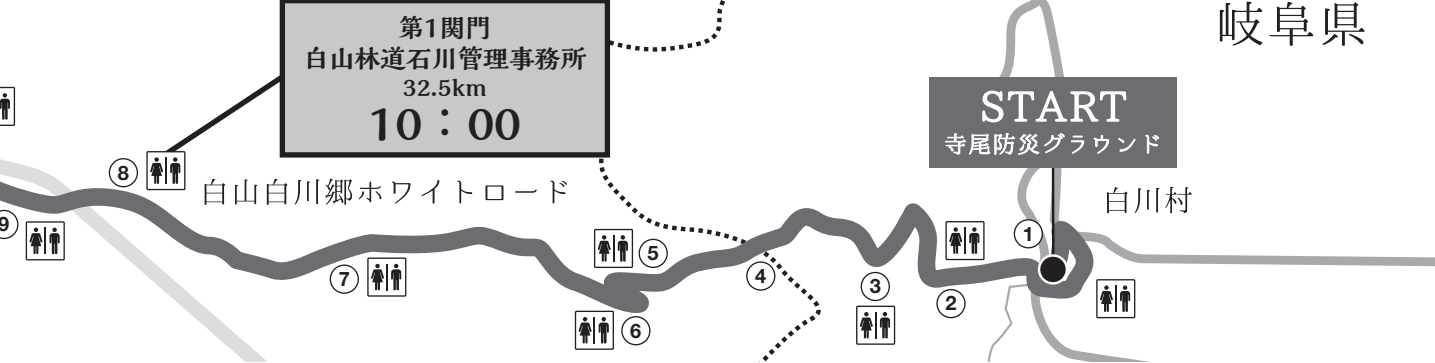
大根おろしをかけたシンプルなおうどん。かつて冠婚葬祭の際には必ず出され「もうようござる」と手でふたをするか、お椀を隠すまでおかわりが注がれるという風習があります。

白山麓の鳥越でつくられたもち米と、十勝産の小豆と砂糖だけで作られた素朴な和菓子です。自然な甘みのさらっとしたこし餡は、いくつでも食べることができてしまうほどのおいしさです。

どら焼きのドラの形と、虫送り太鼓をイメージした「いちじく太鼓」。生地はもっちりとした食感で、中には川北産いちじくを混ぜ合わせた粒あんが入り、いちじくのほのかな甘みを感じられるこだわりの逸品です。

荒縄で縛っても崩れない堅い豆腐を販売している白川郷深山豆腐店。そのおからと豆乳で作上げた、ヘルシーな豆乳おからドーナツは、ふんわりとした食感です。

その他の食材と提供場所は、下記「エイド一覧」からご確認の上、食べすぎにはご注意ください！



No.	関門	トイレ	救護所	距離	エイド名	炭酸飲料	ミネラル	フルーツ	給食	エネルギー	マイカップ マイボトル エイド	おもてなし
S		○		—	寺尾防災グラウンド	○	梅干し・塩タブ	バナナ・オレンジ	パン	湘南Gエナジー・ういろう	○	お粥・味噌汁
1				4.5km	寺尾駐車場		梅干し					
2		○		7.7km	馬狩料金所		塩タブ	バナナ	パウム			飛騨牛乳
3		○		13.7km	蓮如茶屋		梅干し		ドーナツ			コーンスープ
4				19.0km	とがの木台駐車場		塩タブ		パン・ドーナツ			おからドーナツ
5		○		23.4km	国見山	○	塩タブ	バナナ・オレンジ	チョコ			
6		○		25.9km	ふくべの大滝		梅干し	レーズン	パン・チョコ			そうめん
7		○		28.2km	蛇谷園地		塩タブ	バナナ	パウム			温泉炭酸水
8	①	○	○	32.5km	白山林道石川管理事務所	○	梅干し	オレンジ	ドーナツ		○	おろしうどん
9		○		37.7km	一里野温泉		塩タブ		ドーナツ	粉飴ジェル		堅豆腐煮しめ・報恩講汁
10		○		41.0km	新中宮温泉	○	塩タブ	バナナ	パン・チョコ			
11				44.2km	瀬戸		梅干し		パウム・チョコ			味噌汁
12	②	○	○	47.8km	白山下サイクルステーション	○	塩タブ		ドーナツ			にわかそば
13		○		49.2km	三ツ屋野		梅干し	バナナ	パン・ドーナツ			
14		○		51.6km	綿ヶ滝いこいの森	○	塩タブ	オレンジ	チョコ	ういろう		半固豆腐
15		○		55.6km	吉野オートキャンプ場		塩タブ		チョコ	あまざけ		
16		○		56.4km	バードハミング鳥越	○	梅干し	バナナ	パン・パウム			

水、スポーツドリンクは全エイドにて提供します。場所、提供内容は予告なく変更する場合があります。