種目		START	第１関門	第２関門	第３関門	第４関門	FINISH
		100 km：アミティ丹後 60 km：久美浜公園	海山園	弥栄地域公民館	碇高原管理事務所	丹後庁舎	アミティ丹後
100 km	距離（km）	0.0	29.6	54.6	72.4	85.8	100.0
	時間	①４：２０ ②４：３０ ③４：４０	8：40	12：00	14：40	16：25	①１８：２０ ②１８：３０ ③１８：４０
60 km	距離（km）	0.0	-	33.1	-	45.8	60.0
	時間	9：00	-	14：00	-	16：25	18：30

No		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖	㉗	㉘	㉙	FIN
100km	km	6.0	8.7	9.9	12.8	16.3	21.0	㉚	29.6	34.5	38.6	46.0	47.9	51.3	54.8	58.9	62.8	66.1	69.6	72.4	76.9	80.3	83.4	–	–	85.8	86.5	90.7	92.3	94.1	97.3	100.0
60km	km	–	–	–	–	–	6.0	4.1	8.1	13.0	17.1	22.5	26.4	29.8	33.1	–	–	–	–	–	–	–	–	37.0	41.1	45.8	46.3	50.1	52.3	54.1	57.3	60.0
エイド内容		アミティ丹後	網野町	久美浜学校給食センター	フルーツヴィレッジ	十楽	久美浜湾公園	網野町	海山園	網野町	浅茂川温泉静の里	琴引浜鳴き砂文化館	網野銚子山古墳	弥栄あしぎぬ温泉	郷村断層	弥栄地域公民館	森林公園スイス村	碇高原ステーキハウス	碇高原管理事務所	宇川温泉よし野の里	依遅ヶ尾山	丹後古代の里資料館	屏風岩	立岩、間人皇后・聖徳太子母子像	道の駅てんきてんき丹後	丹後庁舎	丹後松島	袖志の棚田	琴引浜鳴き砂文化館	網野町	久美浜浜公園	アミティ丹後
スポーツドリンク		●																													
ゼリードリンク									●																						
コーラ									●																						
ホットドリンク									●																						
トイレ		●							●																						
給食				●																											
フルーツ					●																										