



ぐるっとマップ

No. 238 自転車で楽しむ北アルプス地域 マップ作成: NPO法人ぐるっとネットワーク大町

保存版



北アルプス地域振興局では、この地域をもっと自転車で楽しんでもらおうと、2018年度「北アルプス地域サイクリングモデルコースマップ」を作成しました。爽やかな秋風を受けて、ペダルを漕いでみませんか。今回のぐるっとマップでは、このモデルコースとビューポイントをご紹介します。自分では乗らないという方も、言われるサイクリストを温かく見守っていただき、機会があれば是非声援を送ってあげましょう。ささやかなおもてなしや交流が地域のファンを増やし、ライダーのモチベーションもつながることでしょう。

※実際のマップは詳細な情報や注意点が満載です。是非手にとってご覧下さい。

マップ問合せ: 北アルプス地域振興局企画振興課 0261-23-6501

おすすめ! ルート上のビューポイント



1. 小谷村 梅池高原



2. 白馬村森上からの北アルプス



3. 白馬村松川大橋



4. 白馬大出の早川橋



5. 大町市 青木湖



6. 大町市 小熊山



7. 池田町 大峰高原



8. 松川村 安曇野ちひろ公園

北アルプス山麓をのんびり楽しむ初級ルート

距離 104.2km、獲得標高 846m、走行目安時間 7時間 (平均時速 15km)
スタート 松川村すずむし荘 ~ 安曇野ちひろ公園 ~ 築場(やなば)駅
~ ハク尾根入口信号 ~ 梅池高原スキー場 ~ 道の駅白馬 ~ 築場(やなば)駅
~ 塩の道ちよじや ~ 国宝仁科神明宮 ~ 松川村すずむし荘

北アルプス山麓をダイナミックに走る上級ルート

距離 141.1km、獲得標高 1,951m、走行目安時間 7時間 (平均時速 20km)
スタート 松川村すずむし荘 ~ 安曇野ちひろ公園 ~ 大町温泉郷 ~ 小熊山
~ 築場(やなば)駅 ~ ハク尾根入口信号 ~ 南小谷駅 ~ 道の駅白馬 ~
~ 築場(やなば)駅 ~ 塩の道ちよじや ~ 大峰高原 ~ 松川村すずむし荘

この地域を走る時に気をつけるポイント

- 紫外線が強い*日焼け止めやサングラスを用意
- 自販機がないエリアがある*飲料や補給食を十分用意
- 標高の高いところがある*ウインドブレーカーや雨具を用意
- ブレイクコナや長い下り坂がある*スピードや対向車に注意
- 野生生物がいる*山間部・林間部での飛び出しに注意
- 積雪地域*ロードバイクの走行は4月~11月が目安

マウンテンバイクを楽しむ施設★

9. HAKUBA IWATAKE MTB PARK

0261-72-2474 (白馬観光株式会社 岩岳営業本部)

10. Hakuba47 ヨナナマウンテンバイクパーク

0261-75-3533 (白馬75ティセブン)

11. 国営アルプスあきの公園 [大町 松川地区]

マウンテンバイクパーク 0261-21-1212 (公園管理センター)

12. 池田MTBハイルコース

0261-62-9197 (池田町観光協会)



このマップでは、四季折々の地域の魅力を再発見するために、皆様から情報といただきながら様々な切り口で紹介してまいります。
ぐるっとネットワーク大町事務局: TEL 0261-85-0556 FAX 0261-85-0557

※このマップは、2019年10月4日付の大糸タイムスに掲載されました。

※情報は掲載当時のものです。ご注意ください。

※個人で楽しんでいただくためのものです。二次利用をされる場合にはご相談下さい。