

名称	場所	距離 (km)		関門時間	
		100km	70km	100km	70km
スタート	サンテパーク	0	/		
AID1 (WS)	仁崎峠	10			
AID2	蔵王山展望台	16			
AID3 (WS)	渥美漁協 田原事務所	23			
AID4	サンテパーク	30	0	<b>9:30</b>	
AID5	道の駅あかばね ロコステーション	40	10	<b>10:20</b>	
AID6	旧伊良湖岬小学校	50	20	<b>12:10</b>	
AID7	ほりきり広場	60	29	<b>13:10</b>	
AID8	伊良湖緑地	70	39	<b>14:20</b>	<b>14:20</b>
AID8.5 (WS)	西ノ浜	77	47		
AID9	小中山漁協	83	52	<b>16:10</b>	<b>16:10</b>
AID10	夕陽ヶ浜西公園	90	60	<b>17:10</b>	<b>17:10</b>
AID11	泉港緑地	96	66	<b>18:00</b>	<b>18:00</b>
ゴール	サンテパーク	103	73	<b>19:00</b>	<b>19:00</b>