

		区間情報					時間予想(Top)				時間予想(Last)			
	ポイント名	標高	区間	累積距離	標高差	平均勾配	速度	所要	見積	時刻	速度	所要	見積	時刻
Start	千曲市総合観光会館	379								4:00				4:00
CP1	林道分岐(冠着山南陵)	1,063	7,235	7,235	684	9.45%	10	0:44	0:44	4:44	4	1:51	2:00	6:00
	折り返し分岐	931	2,766	10,001	-132	-4.77%	20	0:08	0:10	4:54	15	0:11	0:15	6:15
	県道12出合	647	4,645	14,646	-284	-6.11%	25	0:11	0:10	5:04	15	0:19	0:20	6:35
	修那羅峠	918	7,418	22,064	271	3.65%	15	0:30	0:30	5:34	8	0:57	1:00	7:35
	R143出合	739	2,089	24,153	-179	-8.57%	25	0:05	0:05	5:39	15	0:08	0:10	7:45
CP2	青木峠トンネル西口	1,043	6,871	31,024	304	4.42%	15	0:28	0:30	6:09	8	0:53	1:00	8:45
	ピーク(1170)	1,170	3,714	34,738	127	3.42%	18	0:12	0:15	6:24	9	0:25	0:25	9:10
	鞍部(996)	996	3,190	37,928	-174	-5.45%	25	0:07	0:10	6:34	15	0:13	0:15	9:25
	ピーク(1128)	1,128	2,308	40,236	132	5.72%	15	0:09	0:10	6:44	8	0:17	0:20	9:45
CP3	筑北村坂北体育館前	613	6,343	46,579	-515	-8.12%	25	0:15	0:15	6:59	15	0:26	0:30	10:15
CP4	猿ヶ馬場峠	967	11,885	58,464	354	2.98%	18	0:40	0:40	7:39	15	0:48	0:50	11:05
	R403出合	473	4,186	62,650	-494	-11.80%	20	0:12	0:15	7:54	15	0:17	0:15	11:20
CP5	CR	363	3,613	66,263	-110	-3.04%	18	0:12	0:10	8:04	15	0:14	0:10	11:30
Goal	カラコロの足湯広場	379	7,083	73,346	16	0.23%	20	0:21	0:25	8:29	15	0:29	0:30	12:00
走行時間								4:22	4:29	4:29		7:33	8:00	8:00