

	スタート	CP1	CP2	CP3	CP4	CP5	CP6	ゴール	予定走行距離	予定高度上昇量
1回目	ほっと湯田駅	⑧道の駅錦秋湖	⑨胆沢ダム管理支所	⑩道の駅巖美溪				一関駅	102.23Km	1,094m
2回目	一関駅	⑪道の駅かわさき	⑫陸前高田奇跡の一本松	⑬道の駅さんりく				釜石駅	127.12Km	1,912m
3回目	釜石駅	⑭道の駅やまだ						宮古駅	54.96Km	531m
4回目	宮古駅	①道の駅たろう	②田野畑駅	③道の駅のだ				久慈駅	98.01Km	1,596m
5回目	久慈駅	④道の駅おおの	⑤二戸駅					二戸駅	68.52Km	998m
6回目	二戸駅	⑥荒屋新町駅	⑦小岩井農場まきば園入口					ほっと湯田駅	158.78Km	1,420m
								合計	609.62Km	7,551m

	予定日	駐車場		輸行乗車駅	乗り継ぎ	乗り継ぎ	乗り継ぎ		下車駅	電車代
湯田 ↓ 一ノ関	6月16日	ほっと湯田駅 or 西和賀町役場	往き	発 19:31 17:26 12:28	着 発 20:12 - 20:28 18:06 - 18:45 13:07 - 13:40				着 21:14 19:27 14:22	0円
			帰り	一関駅	北上駅				ほっと湯田駅	1,490円
			0円	JR東北本線・盛岡行	JR北上線・横手行 0番線発					
一ノ関 ↓ 宮古	6月30日	一関駅 or 一関市営西口南 駐車場 24時間 (最大600円) ホテル宿泊 フォルクローロ口 三陸釜石	往き	発 9:25 14:07 16:07	着 発 11:34 - 12:08 16:33 - 16:55 18:21 - 19:25				着 13:37 18:30 20:56	0円
	7月1日		帰り	宮古駅	盛岡駅			岩手フリー切符	一ノ関駅	2,460円
	5000円		900円	JR快速さんりくト レイン宮古ー盛岡	JR東北本線・一ノ 関行 7番線					900円
宮古 ↓ 久慈	7月15日	市営駅東駐車場 パーク&ライド 利用で24時間 ¥500 通常30分¥100	往き	発 12:07 14:13 16:06					着 13:54 15:50 17:43	
			帰り	久慈駅					宮古駅	1,850円
			500円	三陸鉄道北リアス 線・宮古行						500円
久慈 ↓ 二戸	7月16日	道の駅 久慈第2駐車場 無料	往き	発 12:00					着 13:10	
			帰り	二戸駅					久慈駅	1,540円
				JR東北バス スワロー号						
二戸 ↓ 湯田	8月22日	二戸駅前東口第1 駐車場 or 二戸駅前西口第1 駐車場 24時間までごとに ¥200	往き	発 17:59	着 発 18:35 - 18:40 19:30 - 20:18				着 21:27	1,490円
			帰り	ほっと湯田駅	北上駅	盛岡駅			二戸駅	1,950円
			200円	JR北上線・北上 行	JR東北本線・盛 岡行1番線発 6番線着	IGRいわて銀河 鉄道・八戸行 0番線発				200円
								合計		17,380円