

コースガイド

自然豊かなエリアで、景観、歴史、体験やスイーツなどを盛り込んだ6コースをガイドの案内で巡ります。

コース1

恵那峡 恵那市内 10km コース

県立自然公園「恵那峡」周辺から市街地を巡る平坦なコース。初心者でも楽々走れる入門コースです。



中山道 基平坂公園

オプション

浮世絵版画の体験もできます。



中山道広重美術館



阿木川沿い

初級

コース案内

距離	10km
登り	170m
難易度	☆☆☆☆☆
走行時間	1時間弱
合計時間	2時間程度
集合	恵那峡無料駐車場

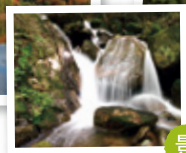
コース4

恵那駅～根の上高原～源根林道～恵那駅

標高約 900m の根の上高原に挑戦しよう！軽いギアで登れば登りも平気。根の上高原でリフレッシュしたら舗装林道を下ります。この爽快感は病みつき！



根の上湖



シロヤシオ渓谷



山道

中級

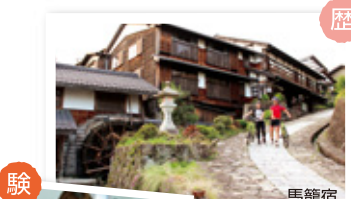
コース案内

距離	35km
登り	750m
難易度	★★★★☆
走行時間	2時間30分
合計時間	4時間程度
集合	JR 恵那駅

コース5

中津川～馬籠～妻籠 往復

車では行きにくい中山道も自転車なら徒歩目線。趣のある石畳や街道沿いの風景。自転車で感じてみませんか？



馬籠宿



栗きんとん餃子

オプション

栗きんとん餃子を体験できます。(要事前予約)



五平餅

中級

コース案内

距離	40km
登り	1,020m
難易度	★★★★☆
走行時間	3時間
集合	JR 中津川駅

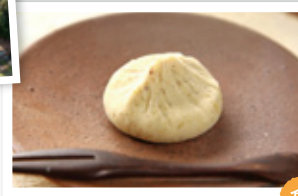
コース6

中津川発 岩村・苗木城跡を巡るスイーツライド

距離70kmは上級者向けですが、岩村城跡だけ、苗木城跡だけの中級コースも選べます。和菓子のグルメを楽しみながら、気持ちよく体を動かしてみませんか？



岩村



栗きんとん

食

中・上級

コース案内

距離	70km
登り	1,050m
難易度	★★★★☆
走行時間	4時間30分
集合	中津川市苗木

エコ知識

付知川の水がきれいな理由

付知川の水は少し青みがかった透明で、水底まではっきりと見透せます。上流域に降った雨は、森林のふかふかの大地をゆっくりと通過し、泥水となることなく、少しずつ付知川に流れ込みます。川を綺麗に保つだけでなく、水害を未然に防ぐためにも、森林は大きく貢献しています。

コース情報

距離…… コースの総距離
登り…… 登る距離の合計
走行時間… ★の数が多いと難
所要時間… ゴールまでの所要時間
【走行時間はおおよその目安です。参加者の体力や気候により変動します】

歴 歴史・文化 景 自然景観

験 体験 食 グルメ・スイーツ