



MTRAIL
MOUNTAIN
ゴール

緑点線 = 舗装路
 青点線 = 未舗装路
 赤点線 = 使用しないルート
 500m 0 500 1000 1500
 ピンク点線 200kmコース

長野県短大
 長野女子短大
 長野女子高
 長野清泉水学院高・中
 長野電鉄長野線
 長野市
 上野
 浅川
 若槻
 徳間
 吉田
 北谷
 南城
 信州