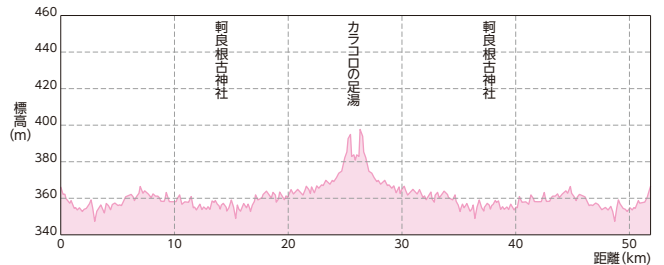


千曲川サイクリングロード ～戸倉上山田温泉コース



千曲川サイクリングロードを通して、千曲市戸倉上山田温泉にあるカラコロの足湯を訪れるコースです。ほぼ平坦なルートなので、初心者の方でも気軽に楽しめます。

COURSE DATA	
走行距離	50.8km
所要時間	約2時間30分
獲得標高	117m
推奨時期	通年



START						GOAL						
長野駅東口	📍 13.90km ⌚ 40min ▲ 0.0%	⬆️	軻良根古神社 (自転車道合流地点)	📍 11.55km ⌚ 35min ▲ 0.2%	⬆️	カラコロの足湯	📍 11.55km ⌚ 35min ▲ -0.3%	⬆️	軻良根古神社	📍 13.80km ⌚ 40min ▲ 0.0%	⬆️	長野駅東口

📍 走行距離 ⌚ 所要時間(休憩時間のぞく) ▲ 平均勾配