

司法書士ランナーズパノラマ大会報告書

報告者氏名	鬼塚 一郎	所属単位会	宮崎会
自己最高記録 (任意)	フル: 4:00:12	ハーフ: 1:47:56	10K: :49:43
日時	10月25日	場所	宮崎県小林市～えびの市
スタート地点までの 移動手段	車	公共交通手段	自転車 自宅からすぐ
コース距離	ハーフ 10K 5K	コース種別	周回 往復 片道
タイム	1 時間 56 分 29 秒		
コースPR “マイコース”を 思いっきり自慢 してください!	<p>スタート・ゴール地点の標高差 100m ももちろん下り坂! 九州で二番目に大きい川、川内川の堤防上をひたすら下りました。 今から何十万年も前の大噴火によってできた加久藤カルデラの中をゆったり流れる川内川。遠くに目を移すと霧島連山が雄大でした。 稲刈りの終わってない田んぼは、稲穂が見事な風景を作り出していました。 コースは堤防道が途切れている所が何か所かあって、国道に迂回しました。道は少し狭いけど、車が通らないので小さな大会なら十分開催できそうでした。</p>		
その他の PRポイント	<p>ゴール地点は、昔(?)栄えていた京町温泉郷で、温泉施設がいっぱいあります。入浴後の食事も和洋中華なんでもあります。</p>		
お気に入りの 市民マラソン大会 (任意)	<p>青島太平洋マラソン *フル *毎年12月第2日曜日開催</p>	お気に入りの理由	<p>➤ 宮崎の市街地と、青島の海岸沿いを走ります。トロピカルロードが素晴らしい。</p>
ランナーズ大会に対するご意見・要望 (任意)	<p>次回は、みんな集まってリアルの大会をぜひ!</p>		

【コース図】

加久藤カルデラ(盆地)を流れる川内川の堤防道です。



日曜日午前

2020/10/25 8:50



21.12
km

1:56:29
タイム

5:31
分/km

1,430
カロリー

【コース高低差】

標高 320m から 220m まで一気に下るコース。人生下り坂最高！

Elevation

222 m



【コース写真】

川内川に出るまでの道 奥が霧島連山



まっすぐな右岸堤防上の道



稲刈りの済んでない田んぼが見事



奥は京町温泉マラソンの会場



河川敷ではスポーツ大会も



ゴール地点に近い温泉(十兵衛の湯)

