

ロングコース

時間		移動距離	所要時間	備考欄
6:00まで集合 6:20出港	新岡山港に集合			6:20発のフェリーに乗れるように、6:00にはフェリー乗り場に集合。出席確認と乗船券をお渡しします。
	フェリー移動			フェリーの中にて出欠確認・ブリーフィング
7:30	土庄港着			「太陽の贈り物」の前にて記念撮影後出発
8:00~8:50	移動	16km	50分	★獲得標高200m
8:50~9:05	道の駅 大坂城残石記念公			休憩15分
9:05~9:45	移動	16 k m	40分	★獲得標高300m
9:45~10:00	福田港			休憩15分
10:00~12:00	移動	14 k m	120分	★獲得標高約700m
12:00~12:30	寒霞溪  			休憩30分(お昼休憩を含む)
12:30~13:15	移動(12:30出発)	15 k m	45分	
13:15~13:45	ミノリジェラート 			休憩30分
13:45~14:30	移動	11 k m	45分	★獲得標高168m
14:30~14:50	中山千枚田(棚田) 			休憩20分
14:50~15:20	移動	8 k m	30分	
15:20着	土庄港着			
15:40出港	フェリー移動		50分	
16:50	岡山港			