**【晴天時予想コースタイム】**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ロング/ミドルの部** |  |  |  |  |  |
|  | 距離(km) | トップタイム | 時刻 | 最後尾タイム | 時刻 |
| 会場(スタート) | 0 |  | 7:00 |  | 7:00 |
| A1有屋登山口 | 5.5 | 0:20 | 7:20 | 0:45 | 7:45 |
| 稜線分岐 | 11.3 | 1:15 | 8:15 | 3:10 | 10:10 |
| 神室山山頂 | 12.4 | 1:20 | 8:20 | 3:25 | 10:25 |
| 権八小屋跡 | 17 | 1:45 | 8:45 | 4:50 | 11:50 |
| A2蒲沢登山口 | 21.5 | 2:05 | 9:05 | 5:40 | 12:40 |
| 会場(ミドルゴール) | 31 | 2:50 | 9:50 | 7:30 | 14:30 |
| A3杉沢集落 | 36 | 3:10 | 10:10 | 8:10 | 15:10 |
| 会場(ロングゴール) | 42.3 | 3:35 | 10:35 | 9:00 | 16:00 |
| **ショートの部** |  |  |  |  |  |
|  | 距離(km) | トップタイム | 時刻 | 最後尾タイム | 時刻 |
| 会場(スタート) | 0 |  | 9:00 |  |  |
| A3杉沢集落 | 5 | 0:18 | 9:18 | 0:50 | 9:50 |
| 会場(ゴール) | 11.3 | 0:40 | 9:40 | 2:00 | 11:00 |

**【雨天時予想コースタイム】**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ロング/ミドルの部** |  |  |  |  |  |
|  | 距離(km) | トップタイム | 時刻 | 最後尾タイム | 時刻 |
| 会場(スタート) | 0 |  | 7:00 |  | 7:00 |
| 鉤掛森登山口 | 2 | 0:10 | 7:10 | 0:25 | 7:25 |
| A1管理棟前 | 7 | 0:40 | 7:40 | 1:50 | 8:50 |
| A2蒲沢 | 18 | 1:30 | 8:30 | 4:00 | 11:00 |
| A3管理棟前 | 29 | 2:20 | 9:20 | 6:20 | 13:20 |
| 会場(ミドルゴール) | 29 | 2:20 | 9:20 | 6:20 | 13:20 |
| A3杉沢集落 | 34 | 2:45 | 9:45 | 7:00 | 14:00 |
| 会場(ロングゴール) | 41 | 3:15 | 10:15 | 8:00 | 15:00 |
| **ショートの部** |  |  |  |  |  |
|  | 距離(km) | トップタイム | 時刻 | 最後尾タイム | 時刻 |
| 会場(スタート) | 0 |  | 9:00 |  |  |
| A3杉沢集落 | 5 | 0:18 | 9:18 | 0:50 | 9:50 |
| 会場(ゴール) | 11.3 | 0:40 | 9:40 | 2:00 | 11:00 |