

全長約78km
スタート地点 伊予市しおさい公園
愛媛県伊予市森甲91-1
松山空港から車で約13km(約30分)



コース前半の海岸線は比較的アツ
ダウンが少ないが、日本一細長い
島・佐田岬のメロディーラインは起
が激しいので体力が必要。

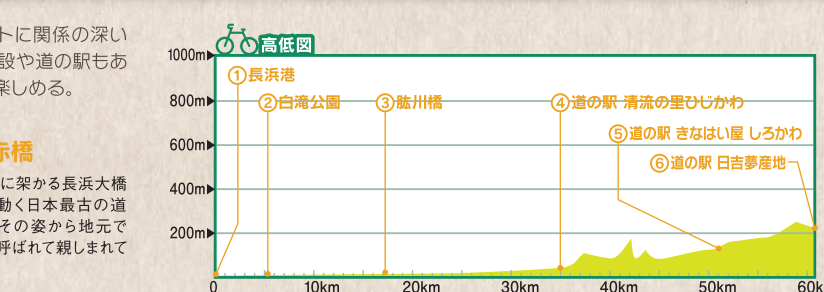


せと風の丘パーク
休憩場所として利用できるせと風の丘パーク。360度のパノラマが楽しめるほか、巨大な風車を間近で見るができる。



坂本龍馬が脱藩したと言われる脇川ル
市町を紡いでいる。コース沿いには温泉
り、さらに足を伸ばせば四国カルストで

坂本龍馬が脱藩したと言われる肱川ル
市町を紡いでいる。コース沿いには温泉
り、さらに足を伸ばせば四国カルストで



※これ以外にも、ファミリー向け
サイクリングコースを設定しています。

【凡例】  スタート  国道56号  高速道路  コース

全長約62km
スタート地点 サイクリングターミナル サンライズ糸山
愛媛県今治市砂場町2-8-1
糸山駅前から車で約51km(約1時間40分)



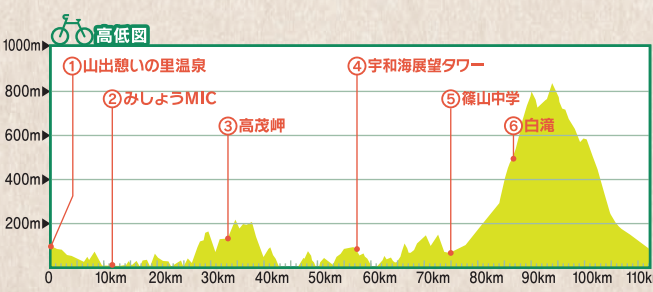
美しい瀬戸内海を横目に爽やかな潮風を感じながら、のんびりと巡航できる高低差の少ないコース。ただし海岸沿いの国道196号線は路肩が狭く、大型車両の通行量が多いこともあり注意する必要がある。



道後温泉
日本最古の温泉といわれる道後温泉。1894(明治27)年に建てられた本館は、国の重要文化財にも指定されている。近くの放生園には

大規模林道広

全長約110km
スタート地点 山出憩いの里温泉
 愛媛県南宇和郡愛南町緑乙4082
 松山空港から車で約137km(約2時間58分)



黒潮踊る太平洋に面した美しいリラス式海岸に沿ったコー
で、内泊・中泊・外泊といった漁業集落が見所。中でも集落
本が、人の手で積み上げられた石垣の塀で囲まれた外泊
。島東半部を占む。このことが、

600m
400m

宇和海沿岸から清流・四万十川の源流へと走るコース沿線には、雄大な自然と美しい

全長約100km
スタート地点 遊子
愛媛県宇和島市遊子水荷浦
松山空港から車で約119km(約2時間30分)
駐車場あり

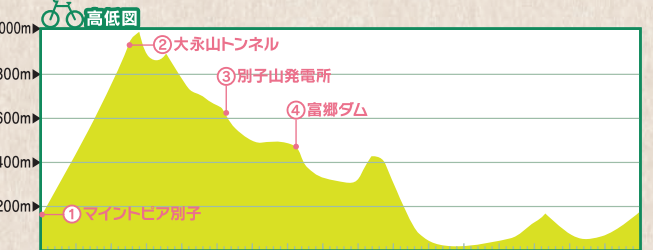


高低図

二浦富士 ▲ 津島高田IC

新居浜市役所

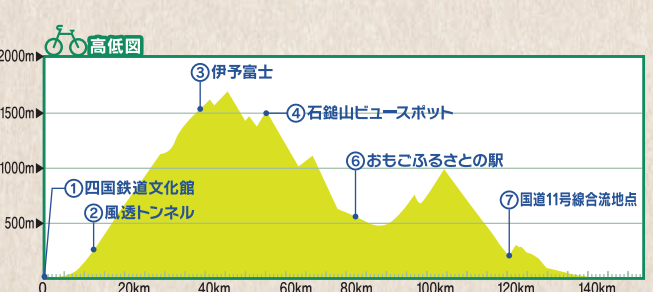
全長約100km
スタート地点 マイントピア別子
愛媛県新居浜市立川町707-3
駐車場あり
松山空港から車で約75km(約1時間20分)



標高1,500m~1,700mクラスの山々が並ぶ赤石山脈を囲むようにして、国領川と銅山川をつなぐコタートしてすぐに登りが続くが、その後はゆるやかなダウンへと変化する。

大鋼山の
用したレ

全長約165km
スタート地点 四国鉄道文化館
愛媛県西条市大町798-1
松山空港から車で約68km(約1時間10分)



長く緩やかな登りをかわきりに、蛇行したりアップダウンがあったりと、持久力プラス技術力も必要なコースになる。コース途中の高地では、天気がよければ西日本屈指の石鎚山の絶景が楽しめる。

日本七

比較的アップダウンが少ないコースなので、初心者から上級者まで楽しめる。コース沿いには湯ノ浦

全長約**100**km
スタート地点 道の駅 今治湯ノ浦温泉
 愛媛県今治市長沢甲252-2
 松山空港から車で約60km(約1時間20分)
 駐車場あり



比較的アップダウンが少ないコースなので、初心者から上級者まで楽しめる。コース沿いには湯ノ浦

今治
泰山