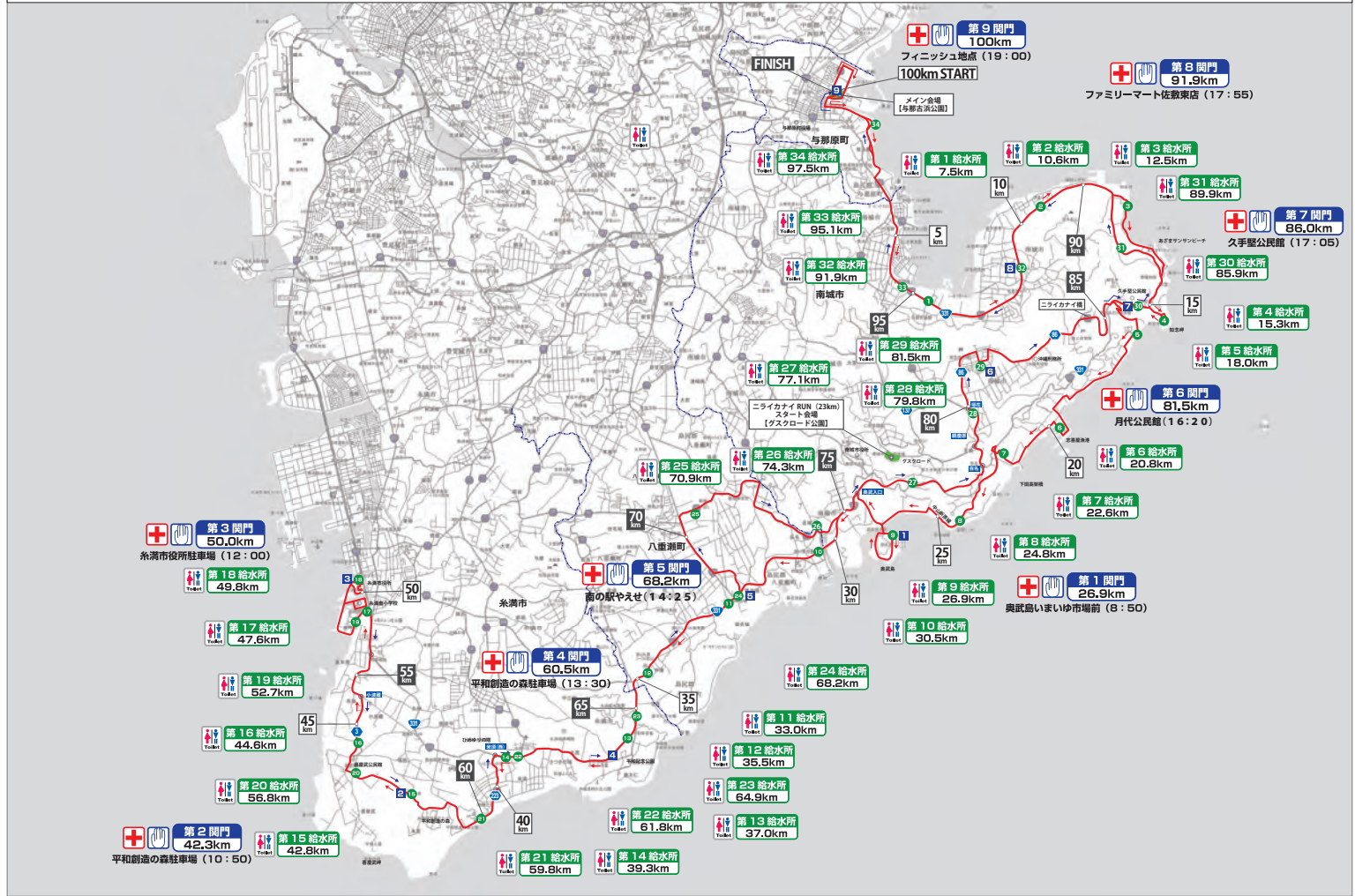
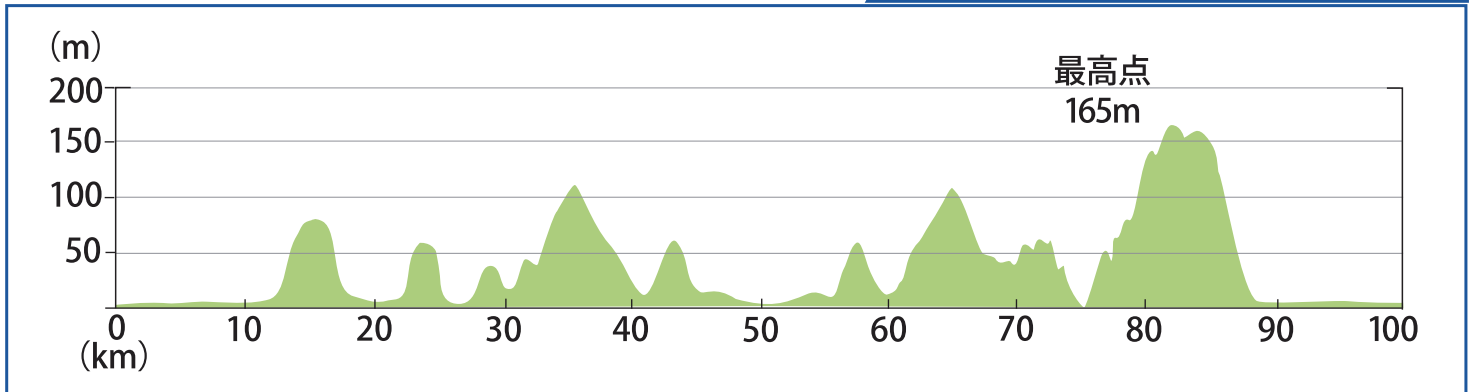


沖縄 100K ウルトラマラソン コース MAP



100kmコース高低図





エイドステーション

エイド	水	アミノ バイタル	メッツ コーラ	沖縄そば	じゅーしー おにぎり	黒糖塩 まんじゅう	ウコン 干し梅	チーズ スフレ	黒糖	かまぼこ	はくだん おにぎり	ポーク玉子 おにぎり	油味噌 おにぎり	サーター アンダギー	塩飴	みかん	パン	バナナ	汁物
スタート	●	●																●	
①7.5km	●																		
②10.6km	●	●																	
③12.5km	●																		
④15.3km	●	●																	
⑤18.0km	●								●										
⑥20.8km	●	●														●		●	
⑦22.6km	●						●		●										
⑧24.8km	●	●													●				
⑨26.9km	●		●			●	●		●			●				●			
⑩30.5km	●	●							●						●		●		
⑪33.0km	●		●		●				●				●					●	
⑫35.5km	●	●							●						●				
⑬37.0km	●		●																
⑭39.3km	●	●							●						●				
⑮43.1km	●		●		●								●						
⑯44.6km	●	●							●						●			●	
⑰47.6km	●																		
⑱49.8km	●	●	●		●				●	●	●				●	●	●		もずく スープ
⑲52.7km	●																		
⑳56.8km	●	●							●						●				
㉑59.8km	●		●															●	
㉒61.8km	●	●							●						●				
㉓64.9km	●																		
㉔68.2km	●	●	●		●				●				●	●	●	●			アーサ 汁
㉕70.5km	●								●										
㉖74.3km	●	●	●						●						●			●	
㉗77.1km	●															●			
㉘79.8km	●	●							●						●				
㉙81.5km	●	●	●	イラブー そば	●	●		●					●			●	●		アーサ 汁
㊱85.9km	●	●	●				●		●						●			●	
㊲89.9km	●	●											●						
㊳91.9km	●	●	●	●	●	●			●						●	●	●		アーサ 汁
㊴95.1km	●	●	●				●												
㊵97.5km	●	●							●						●				
ゴール	●	●		●	ひじき じゅーしー											●		●	