

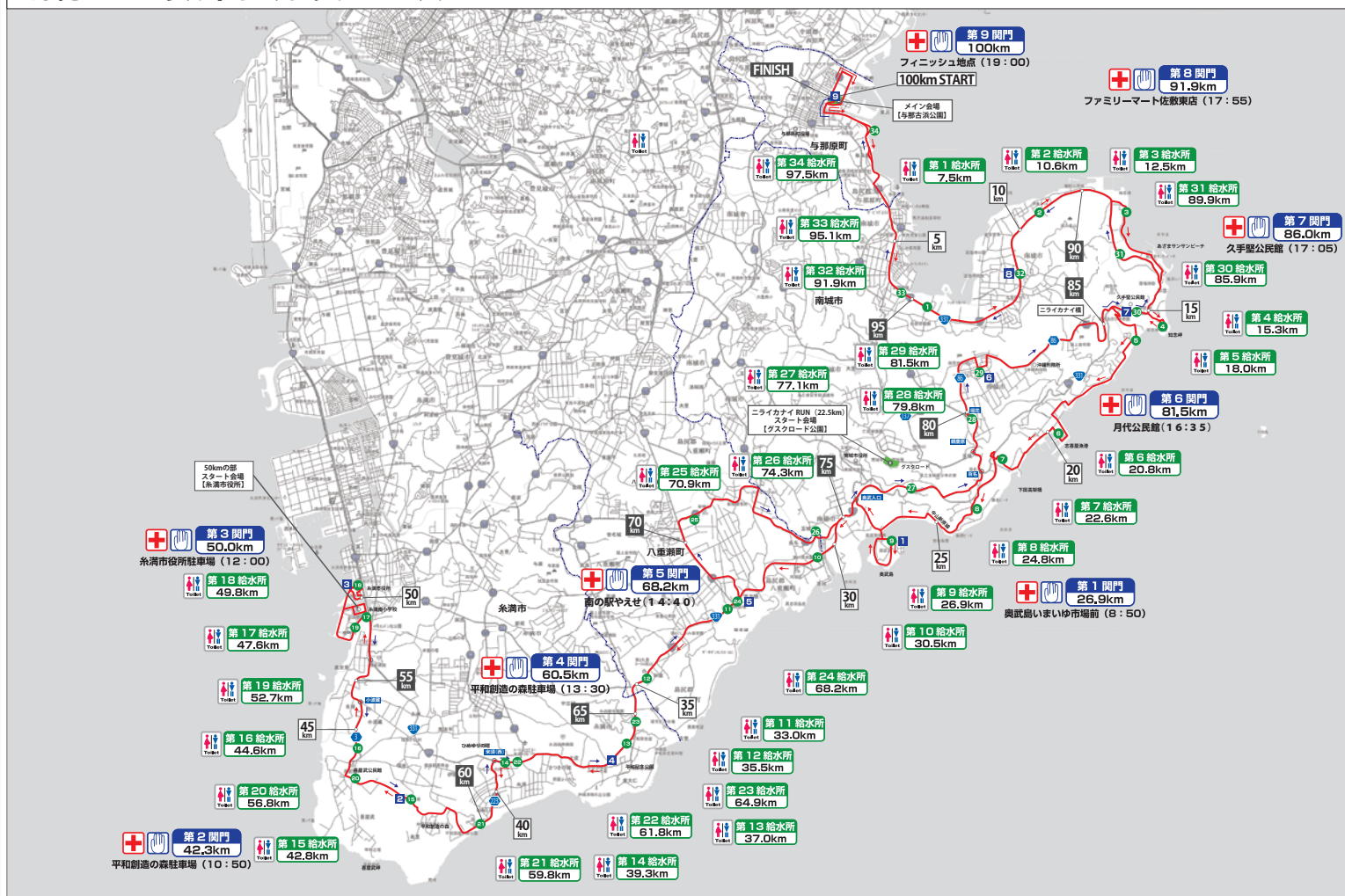


コース全体マップ

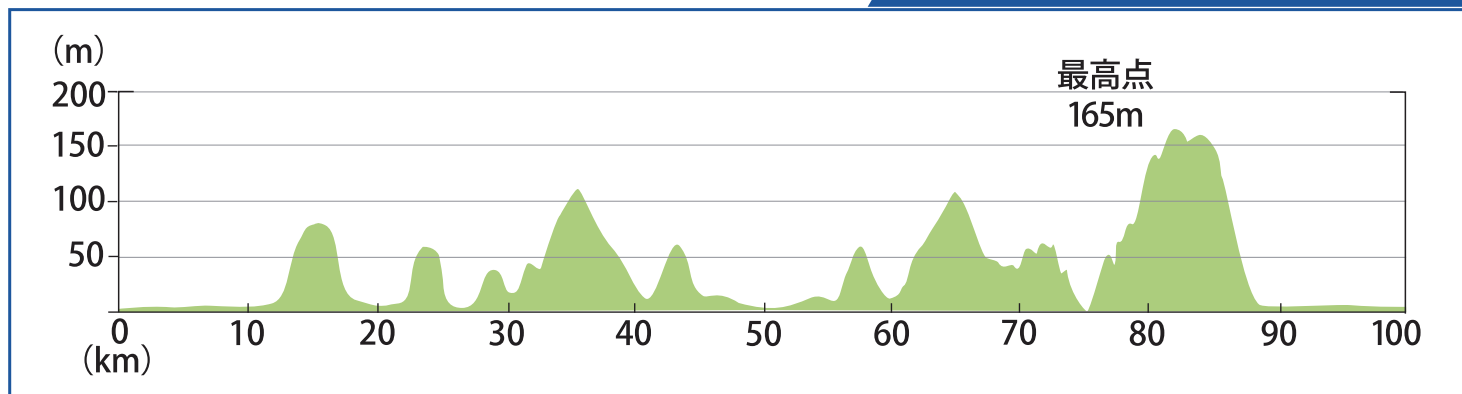
沖縄100K
ウルトラマラソン



沖縄 100K ウルトラマラソン コース MAP



100km コース 高低図





給水所【100km】



エイドステーション

エイド	水	アミノ バイタル	コーラ	もろみ酢	ATHLETE Q10	ミルク タルト	ウコン 干し梅	チーズ スフレ	黒糖	沖縄そば	スイート ポテト	ひと口鶏 カツ	各種 おにぎり	ボーク卵 おにぎり	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	●		●			●	●		●					●		●			もずく スープ
⑩30.5km	●	●			●										●		●		
⑪33.0km	●		●										●					●	
⑫35.5km	●	●		●					●						●				
⑬37.0km	●			●															
⑭39.3km	●	●		●					●						●				
⑮43.1km	●			●									●						
⑯44.6km	●	●		●					●						●			●	
⑰47.6km	●			●															
⑱49.8km	●	●		●					●			●	●		●	●	●		
⑲52.7km	●			●															
⑳56.8km	●	●		●					●						●				
㉑59.8km	●			●												●		●	
㉒61.8km	●	●		●					●						●				
㉓64.9km	●			●															
㉔68.2km	●	●	●						●		●		●	●	●	●			もずく スープ
㉕70.5km	●								●										
㉖74.3km	●	●	●						●						●			●	
㉗77.1km	●															●			
㉘79.8km	●	●							●						●				
㉙81.5km	●	●	●			●		●					●			●	●		
㊱85.9km	●	●	●				●		●						●			●	もずく スープ
㊲89.9km	●	●											●						
㊳91.9km	●	●	●			●			●	●					●	●	●		
㊴95.1km	●	●	●				●												
㊵97.5km	●	●							●						●				
ゴール	●	●									●		●			●		●	

※大会当日変更になる場合がございます。