

水辺をゆったり 満喫コース

1 日目



関西発 → 神戸淡路鳴門自動車道 → 徳島IC



TS-3 「Tラインルート T3」



[ルートmapはこちら](#)

- 全長48.6km
- レンタサイクルでルートの一部を楽しむのもOK！

[レンタサイクル事業者一覧はこちら](#)

- 徳島市～吉野川市までの吉野川堤防沿いの区間。
両岸とも河川堤防上を通行することができる。
- 川に架かる様々な橋を楽しめるコース。



徳島市内 泊

2 日目



徳島IC → 高松道 → 引田IC



KG-1 「海岸線ルート」



[ルートmapはこちら](#)

- 全長124km
- レンタサイクルでコースの一部を楽しむのもOK！

[レンタサイクル事業者一覧はこちら](#)

- 雨が少なく温暖な気候と、平地が多く適度な勾配の地形は少し走れば癒しの風景が堪能できる！
- 日本一小さい県の見どころが凝縮された沿岸部全域を走破するルート。



大野原IC → 瀬戸中央自動車道 → 関西着

自然の中でアクティブ サイクリングコース

1 日目

 中国地方発 → 瀬戸中央自動車道 → 高知道 → 伊野IC

 KC-7「奇跡の清流 仁淀ブルーコース」

 [ルートmapはこちら](#)

- 全長106km
- レンタサイクルで少しだけ楽しんでもOK！

[いの町のレンタサイクルはこちら](#)

- 仁淀ブルーというネーミングで知られる仁淀川や沈下橋などの風景に、走るだけで癒され、幸せな気分になれる。



高知県内 泊

2 日目

 松山道 → 今治湯ノ浦IC → 一般道経由

 HS/EH「しまなみ海道サイクリングコース」

 [ルートmapはこちら](#)

- 全長70km
- レンタサイクルでルートの一部を楽しんでもOK！

[しまなみ海道のレンタサイクルはこちら](#)

- 広島・尾道～愛媛・今治まで、多島美を眺めながら6つの島を渡る。各橋の構造の違いにも注目。

 今治北IC → 西瀬戸自動車道 → 中国地方着

