

果物と自然の里 第19回いしかトレイルラン大会コース【ロング45km】
—ISHIOKA TRAIL RACE 2026—

ロングコース順路

①～⑮⇒⑬⇒⑫⇒⑪⇒⑩⇒⑥～①⇒⑮～⑮⇒⑳⇒⑱⇒⑰⇒⑯

- トレイル
- ロード
- 林道

