

果物と自然の里 第19回いしかトレイルラン大会コース【ミドル20km】  
—ISHIOKA TRAIL RACE 2026—

ロングコース順路

①→⑬→⑭→⑮→⑯→⑰→⑱→⑲→⑳→㉑→㉒→㉓→㉔→㉕→㉖→㉗→㉘→㉙→㉚→㉛→㉜→㉝→㉞→㉟→㊱→㊲→㊳→㊴→㊵→㊶→㊷→㊸→㊹→㊺→㊻→㊼→㊽→㊾→㊿→㉑

- トレイル
- ロード
- 林道

