AJ西東京
BRM318西東京200kmしおかつお松崎
試走報告(2016/03/04)

スタッフ　戸田

コースおよびPC追加時間

2017年03月04日

スタート	**08:00**
武のあじ寿司	09:10
通過チェック	**09:45**
大瀬崎展望台	12:00
迷いのY路	14:00
PC1	**15:41** **(00:03)**
喜久屋食堂	15:55
鹿さん	19:00
PC2	**20:10** **(00:02)**
ゴール	**21:24** **(00:06)**

()内は貯金
PC以外の時間は大凡…。

工事および渋滞情報

年度末の為工事多し

・**工事個所**

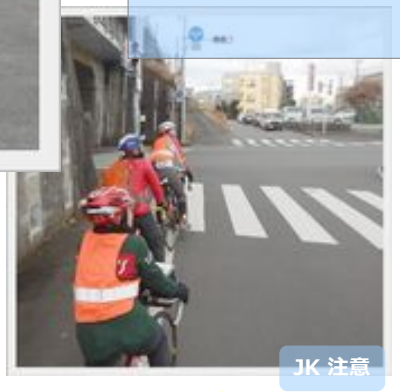
K17　駿河湾沿い 工事３か所

R136　トンネル片側通行あり

・**渋滞箇所**

修善寺駅周辺

R141～沼津市街区間



修善寺近辺

狩野川CR工事通行止めについて

迂回路からCRに戻る場所は

工事用トラックが出入りしていますので

注意お願いします。

復路の戸田→PC2までの区間
夜間街灯も無く、道も狭い為
ヘッドランプ必須！！

コースの注意点

キューシート No33
『土肥中浜』S

間違えないでね

気温とウェア

試走時の天候　曇りのち晴れ、スタート3℃、昼18℃、ゴール5℃

試走日は、午前中は曇り
午後から晴れて、絶景！

装着

ウォームキャップ
ネックウォーマー
長袖インナー（ジオライン）
半袖インナー(メリノウール)
長袖ジャージ
タイツ（5℃対応）
靴下（メリノウール）
指ありグローブ
フェミニーナ軟膏(股スレ防止）

予備のウェア

ウィンドブレーカー
7分丈オーバーパンツ
ニーウォーッマー
グローブ5℃対応）

雨具

ゴアレインジャケット

常備薬

芍薬甘草湯（足攣り防止）
ロキソニン（痛み止め）
アミノバイタル（疲れ防止）
パンシロン（胃薬）

今回のチェックポイント

早く走れなくても、折角なので観光や名物を食べてみたい。

伊豆長岡の温泉まんじゅう	skip
武のあじ寿司	✓
北条水軍	✓
西浦みかん	skip
しおかつうどん	✓
satouya	skip
鰹のまち看板	✓

西伊豆の通信事情

ちょっと確認してみて

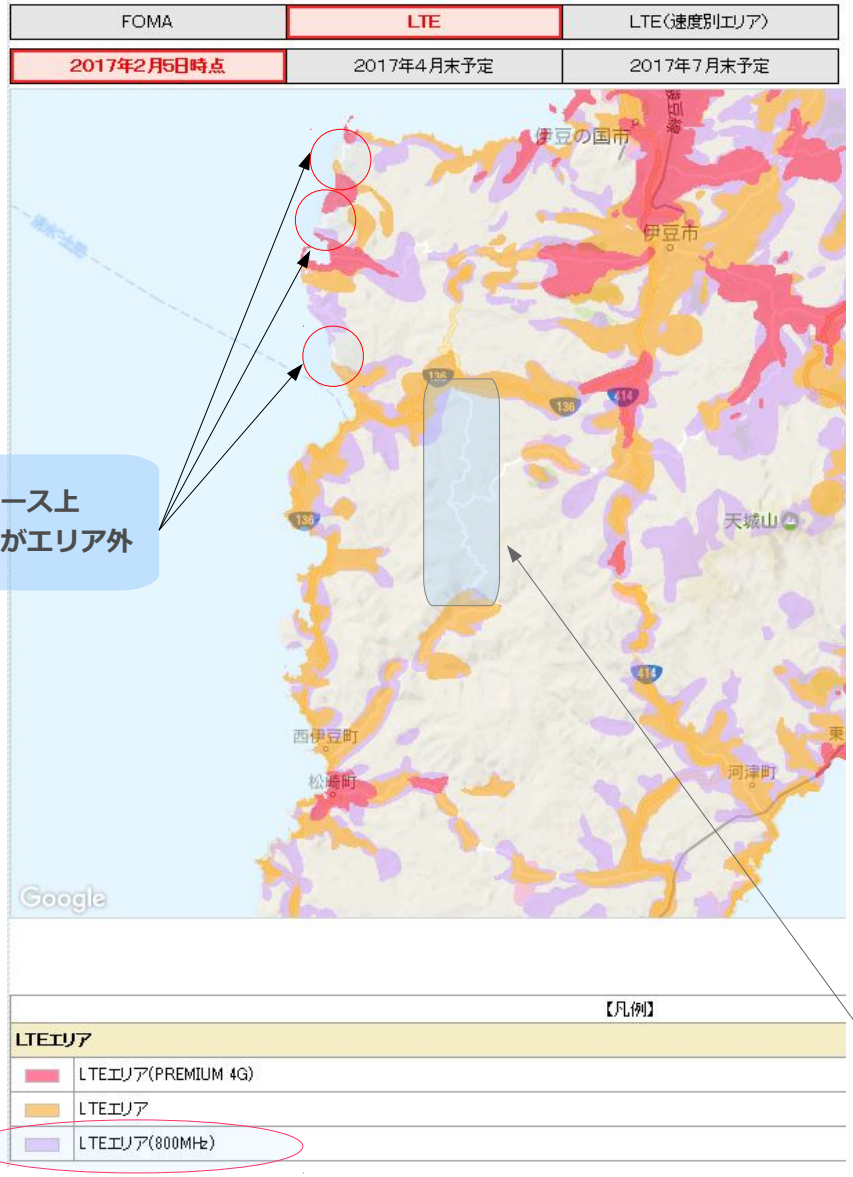
サポートする周波数
サービスエリア

使用周波数

国内	LTE	2GHz／1.7GHz／800MHz
	3G	2GHz／800MHz

プラチナバンド 800MHz
山岳部や郊外でも電波が届きやすい

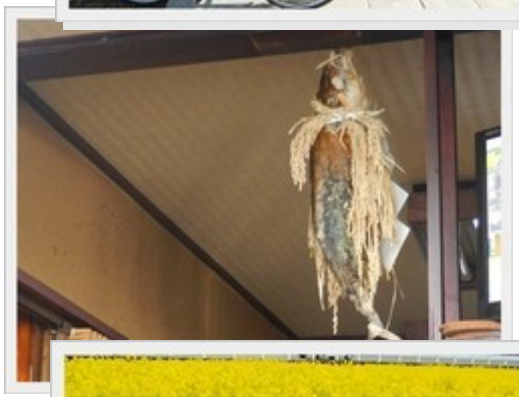
松崎コース上
この３か所がエリア外



試走時は
この３か所でも
通話可能でした
(´▽｀) ホッ

逆にエリア内でも
つながらないことが
あります。

西伊豆は
場所によって
エリア外のところが
あります。
ご自分のスマホや
携帯の
使用周波数や
エリアを事前に
確認しておくと
よいかもしれません。

達磨山コースは
この辺、注意が必要

AJ西東京、2017年開幕ブルベ、早春の西伊豆を駆け抜けよう！