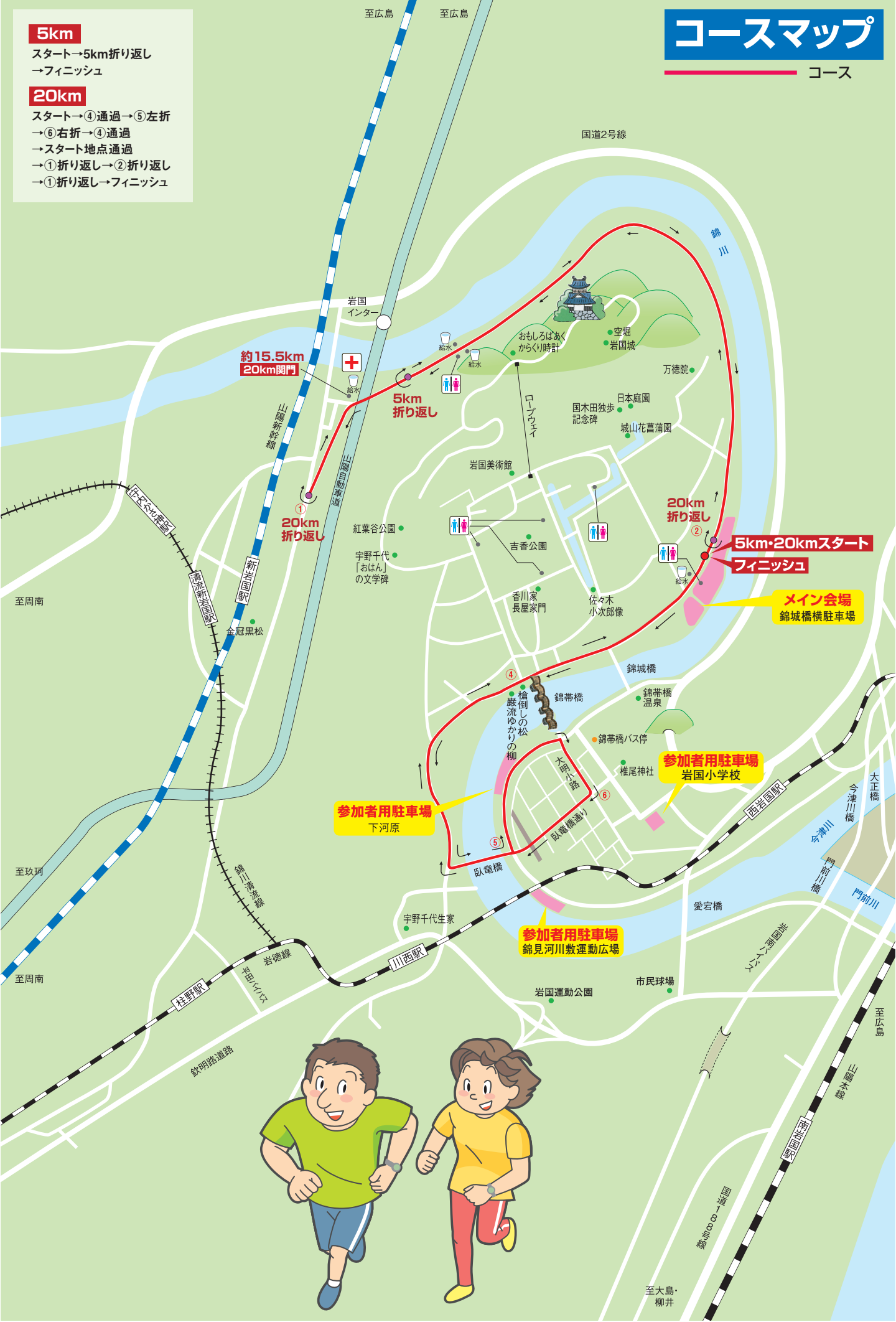
コースマップ

コース

5km

スタート→5km折り返し
→フィニッシュ

20km

スタート→④通過→⑤左折
→⑥右折→④通過
→スタート地点通過
→①折り返し→②折り返し
→①折り返し→フィニッシュ