エイドステーション

◆コース紹介

★Aコース：佐渡ロングライド210

日本のサイクリングイベントでも有数の距離を誇ります。坂も多く、長距離ライドの経験がないと完走は困難です。十分な事前準備をお願いします。

★Bコース：佐渡ロングライド130

佐渡半周コース。両津BS～フィニッシュまでの約30kmにはエイドステーションがありません。ご自身で補給の用意をお願いします。

★Cコース：佐渡ロングライド100

跳ね坂（Z坂）、大野亀など走りごたえのある大佐渡を回って両津BSでフィニッシュ。そのまま両津港へ帰れます。

★Dコース：佐渡観光グルメライド40

わかめそばを食べて佐渡金山とその歴史を巡るコース。相川ASで自転車を預けてシャトルバスによる送迎となります。次の施設のうち2か所を入館料無料でご覧いただけます。

〇観光施設：佐渡金山、佐渡奉行所、相川郷土博物館、佐渡版画村美術館

〇シャトルバス：【行き】相川AS発　始発8:00～終発10:00

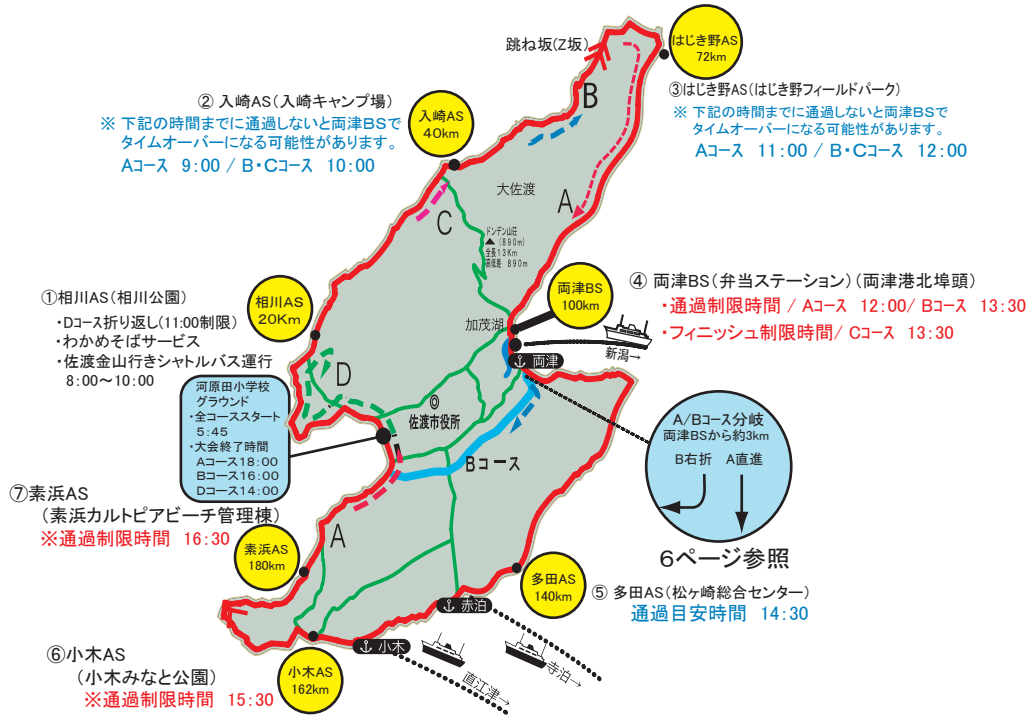
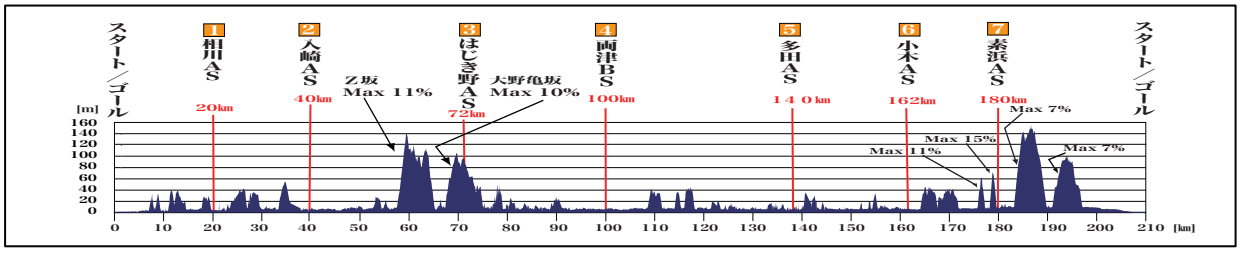
【帰り】佐渡金山発　始発8:20～終発10:35

◆AS・BSでの補給について

エイドステーション(AS)では下記のものが補給できます。当日の天候の状況や補給のペースによっては不足することも考えられますので、各自必要に応じて準備してください。

★食　料：おにぎり、パン、バナナなどのフルーツ（両津BSはお弁当）

★飲　物：スポーツドリンク、水

※途中でリタイアした場合は、収容車で大会会場までお送りします。最後尾を追走する車両と、両津、多田、小木、素浜のASに配車していますので、手続きのうえ乗車してください。（自転車は回収車で運びます）

※ゴミの投げ捨て厳禁！必ずAS備え付けのゴミ箱に捨ててください。分別収集にご協力をお願いします。