



北海道いぶり・サイクリング観光攻略ガイドブック

走ろう！いぶりの道
いぶりをサイクリングしよう！

はしろういぶりルートマップ
中級コース ロングランコース 中級者向け
室蘭八景&工業地帯コース 中級者向け

企画・制作：北海道胆振総合振興局



むかわ町 厚真町 安平町 白老町 壮瞥町 洞爺湖町 室蘭市 伊達市 苫小牧市 室蘭市

自転車 走行マナー

- 交通ルールを守り、安全運転を心がけましょう。
- 走行時は車や歩行者に十分注意しましょう。
- 歩道を通行する場合は歩行者優先、必ず徐行しましょう。
- ヘッドフォン、携帯電話、傘は走行中禁止です。
- 車道の右側走行や飲酒運転は禁止です。
- 暗い場所での走行時は必ず前後のライトを点灯しましょう。
- グループで走る場合は1列で走行しましょう。
- 信号の遵守と一時停止・安全確認をしましょう。

あなたの個人情報

事故などの緊急時には必要な情報ですので、携行の際には記載をお願いします。

あなたのお名前： _____

ご住所： _____

緊急連絡先(お名前)： _____

緊急連絡先(てんわ)： _____

血液型： A B O AB (RH+/RH-)

事故などの緊急時には
119(救急車・消防)・110(警察)に
必ずご連絡下さい。

はしろういぶりルートマップ

中級コース

ロングランコース 中級者向け

走行距離：約116.7km 獲得標高(上り)：1478m
想定所要時間：約7時間50分

凡例

- スタート・ゴール地点
- 進行方向
- 一般道
- 交通量多い
- 登り坂箇所
- 注意箇所
- 折返し地点
- ビューポイント
- トイレ
- サイクルショップ

中級コース・高低差グラフ

※休憩の目安：1時間、または20kmおき