コースマップ：エイド・救護箇所

エ イ ド	第１	第２	第３	第４	第５	第６	第７	第８	第９
距 離（km） （ ）=10km の部	4.10	7.17	9.07 （5.81）	12.57	14.82	17.79	21.00	23.54	25.44
救 護 所		○	○	○	○	○	○	○	○

エ イ ド	第 10	第 11	第 12	第 13	第 14	第 15	第 16	第 17	第 18
距 離（km）	26.6	28.37	30.45	31.96	34.56	36.60	37.85	39.97	41.44
救 護 所	○	○	○	○	○	○	○	○	○