



自然豊かな徳島には
季節ごとに表情を変える
すてきな場所がたくさん。
さあ、王国おすすめコースを
お気に入りの自転車で
ぐる〜っと駆け抜けよう！

Shiwa Shiwa Hashiriyo Awano Michi



各コースへの接続は
以下のルートがおすすめです。

A ⇄ B 鳴門・池田街並み探訪ルート
総走行距離 85.7km
獲得標高 353m
28 国道28号線 → 12 県道12号(鳴池線)
→ 32 国道32号線

B ⇄ C 吉野川・ほたるの郷探訪ルート
総走行距離 76.3km
獲得標高 980m
32 国道32号線 → 192 国道192号線
→ 193 国道193号線 → 438 国道438号線

サイクリング
上級者向け **奥祖谷〜剣山越えルート**
総走行距離 85.8km
獲得標高 1688m
439 国道439号 → 438 438号線

A ⇄ C 徳島中心地縦断ルート
総走行距離 26.9km
獲得標高 51m
28 国道28号線 → 11 国道11号線
→ 192 国道192号線

A ⇄ D 鳴門・阿南バイパスルート
総走行距離 71.2km
獲得標高 348m
28 国道28号線 → 11 国道11号線
→ 55 国道55号線

C ⇄ D 勝浦・那賀抜けルート
総走行距離 75.6km
獲得標高 653m
33 県道33号線 → 16 県道16号線 →
28 県道28号 → 195 国道195号 → 19 県道19号線

サイクリング
上級者向け **二つの峠・霧越峠・十二弟子峠 越えルート**
総走行距離 70.9km
獲得標高 1179m
195 国道195号 → 193 国道193号

サイクリストお役立ち情報

部屋やホテルロビー、倉庫等、屋根がある場所で自分の
自転車を保管できたり、サイクリスト向け宿泊特典など
サイクリストに優しい県内の宿泊施設をご紹介します。

※詳細は各ホテルへ直接お問い合わせください。

西部 **ビジネスホテル阿波池田**
三好市池田町ウエノ3159-2 ☎0883-72-1010
阿波池田駅前ホテルイレブン
三好市池田町サラダ1835-1 ☎0883-72-8115
♥ブルーシートの無料貸出

新祖谷温泉 ホテルかずら橋
徳島県三好市西祖谷山村善徳33-1 ☎0883-87-2171
♥入浴料10%OFF

東部 **センチュリープラザホテル**
徳島市南昭和町1丁目46-1 ☎088-655-3333
ホテルサンシャイン徳島
徳島市南出来島町二丁目9 ☎088-622-2333
♥ボカリスウェット1本プレゼント

鳴門パークヒルズ ホテルリッジ
鳴門市瀬戸町大島田字中山1-1 ☎088-688-1212
♥大谷焼湯呑みのプレゼント

ホテルサンルート徳島
徳島市元町1丁目5-1 ☎088-653-8111

ルネッサンスリゾートナルト
鳴門市鳴門町土佐泊浦字大毛16-45 ☎088-687-2580
♥徳島特産すだちドリンクをサービス

南部 **ペンションしきい**
海陽町穴喰浦字古月84-18 ☎0884-76-2130
♥空気入れ無料貸出・スポーツドリンクプレゼント

ベイサイドホテル龍宮
阿南市橘町幸田92-2 ☎0884-27-2027

もみじ川温泉
那賀町大久保字西納野4-7 ☎0884-62-1171

- 部屋へ自分の自転車を保管できるホテル
- ホテルロビーや倉庫等、屋根がある場所で自転車が保管できるホテル
- サイクリストに対して宿泊特典があるホテル

※平成30年10月現在

コース、宿、イベントなど
サイクリスト向け情報は
こちらから

自転車王国
とくしま

<http://www.tokusupo.net/bicycle/>

観光地探しは
こちらが便利！

徳島県観光
情報サイト
阿波ナビ

<https://www.awanavi.jp/>

その他のお問い合わせは
徳島県県民環境部県民スポーツ課「自転車王国とくしま」
TEL.088-621-2112 FAX.088-621-2819
E-mail:kenminsportska@pref.tokushima.jp

平成30年度スポーツ庁国庫補助事業



