

凡例

- 危険箇所 (道幅狭く、交通量大) 迂回するか、できるだけ早朝に走りましょう
- 休日診療担当医の輪番指定病院
- ドラッグストア スーパーマーケット
- コンビニ 宿
- 食事処 海鮮 中華・ラーメン
- スイーツ カフェ 給水スポット
- 見どころ 日帰り温泉 ピーチ
- 鉄道駅 (特急停車駅は白枠) 高速バス停留所
- E-Bike (電動スポーツバイク) レンタル場所

- おすすめコース (1kmごと距離表示)
- 非舗装路 (MTB向け)
- 自転車通行帯表示
- 自転車専用道

難易度のめやす

EASY
★
通勤通学などで自転車にたまたま乗る人 / ゆっくり観光したい人向け

MEDIUM
★★
ロードバイク始めて / 毎日5km以上通勤通学で乗ってる人向け

HARD
★★★
ロードで100km走れる / MTBでダート経験あり / 体力に自信がある人向け

初心者はEバイクなら平均時速15kmくらいで旅を計画しよう

メインコース	距離	獲得標高	時間のめやす			難易度	
			走行	立寄り	合計	E-Bike	ロードバイク
天橋立阿蘇海一周	14 km	42m	1h	2h	3h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
天橋立駅 - 金引の滝往復	10 km	60m	1h	2h	3h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
伊根の舟屋と棚田一周	12 km	260m	1h	1h	2h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
栗田半島一周	21 km	220m	1.5h	1h	2.5h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
天橋立 - 伊根往復	40 km	180m	3h	2h	5h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
ちりめん街道・加悦鉄道跡一周	27 km	290m	2h	2h	4h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
丹後半島一周							
・1日 ver (時計回り)	85 km	990m	5h	2h	7h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
・伊根1泊 ver 1日目 (天橋立 - 伊根)	20 km	97m	1h	3h	4h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
・伊根1泊 ver 2日目 (伊根 - 天橋立)	67 km	940m	1h	2h	3h	☆☆☆☆	☆☆☆☆

当日の担当病院は以下をご覧ください

京丹后市

宮津市
与謝野町
伊根町

伊根や宇川温泉、間人で泊まるの丹後半島一周がおすすめ!

タクシー一覧 (天橋立周辺)

- 日本交通 0772-22-2188 (網野駅・峰山駅周辺)
- 峰山タクシー 0772-62-0018 (網野駅)
- 網野タクシー 0772-72-6232 (網野駅)

片道レンタル / 輪行コース	距離	獲得標高	時間のめやす			難易度	
			走行	立寄り	合計	E-Bike	ロードバイク
天橋立 伊根	20 km	97m	1h	3h	4h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
伊根 網野駅	46 km	650m	3h	2h	5h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
天橋立 福知山	38 km	500m	2h	2h	4h	☆☆☆☆	☆☆☆☆

Google MAP QRコードを読むと、コースをGoogleマップかStravaでご覧になれます。Youtubeガイド動画もございます。

Google MAP

Youtube

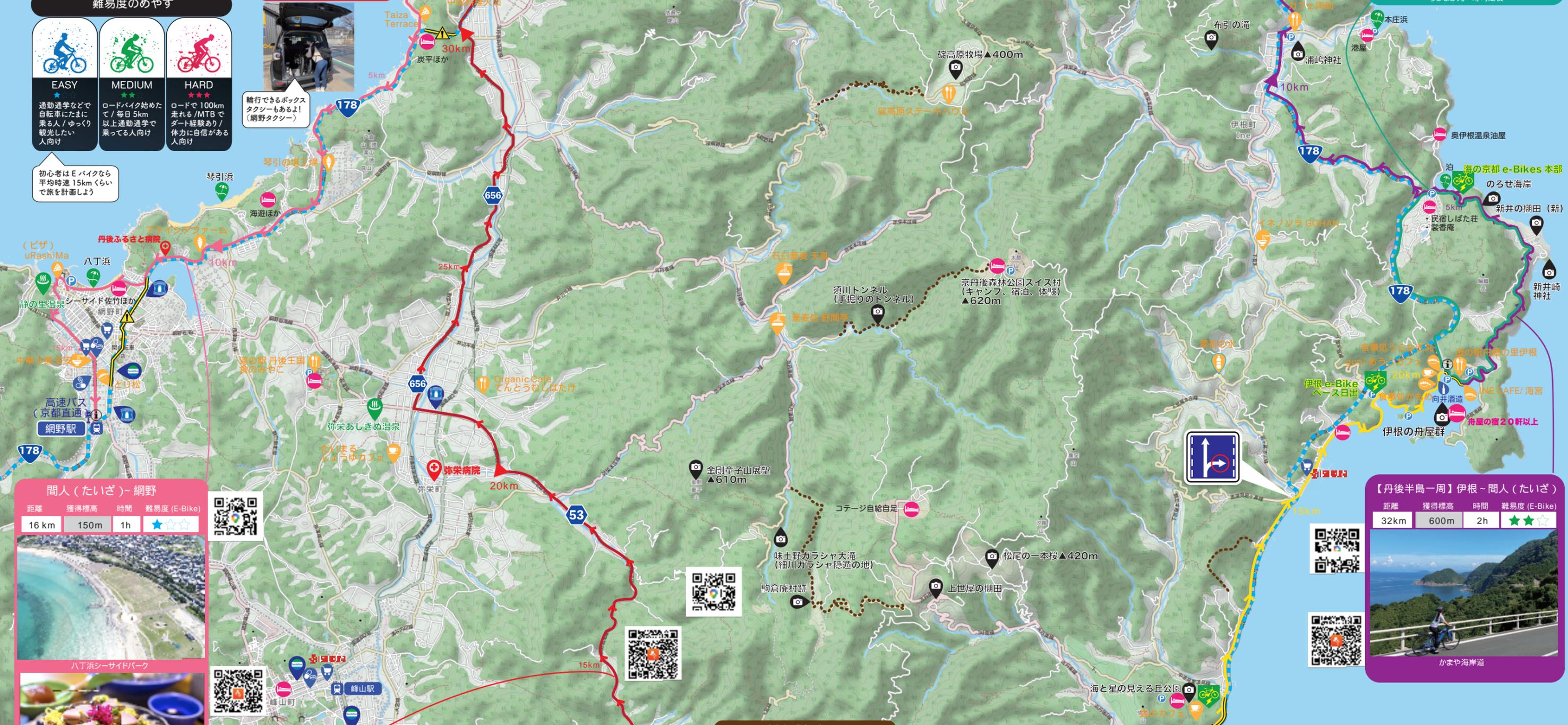
Strava

ヒルクライム	距離	獲得標高	時間の目安	難易度	
				E-Bike	ロード/MTB
A 天橋立一字観公園	5km	180m	0.5h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
B 天橋立成相山	6km	500m	1h	☆☆☆☆	☆☆☆☆
C 旧宮津街道	20km	770m	3h	☆☆☆☆	☆☆☆☆

伊根の舟屋と棚田一周

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
12 km	260m	2h	☆☆☆☆

うらなぎ丸 寿司定食



間人(たいざ)~ 網野

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
16 km	150m	1h	☆☆☆☆

【丹後半島一周】伊根~ 間人(たいざ)

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
32km	600m	2h	☆☆☆☆

八丁浜シーサイドパーク

かまや海岸道



とり松のばら寿司

【丹後半島一周】天橋立～間人(たいざ)

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
32km	280m	1.5h~	★☆☆☆



間人小学校のプール(親水プール)



ひさみの海鮮丼(へしこ定食もおすすめ!)

天橋立阿蘇海一周

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
14 km	42m	2h~	★☆☆☆



天橋立を自転車で渡る



天橋立ワイナリー ワインソフト(ノンアル)

A 天橋立一字観公園

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
5km	180m	0.5h	★☆☆☆



ちりめん街道・加悦鉄道跡一周

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
27 km	290m	4h	★☆☆☆



加悦鉄道跡自転車道



かや山の家 鹿肉と地産野菜のカレー

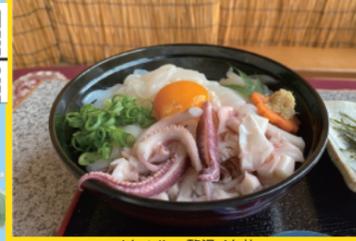
B 天橋立成相山ライド

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
6km	500m	1h	★★☆☆



天橋立～伊根

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
20 km	97m	1h~	★☆☆☆



よしのや 賢沢イカ丼

栗田半島一周

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
21 km	220m	2h~	★☆☆☆



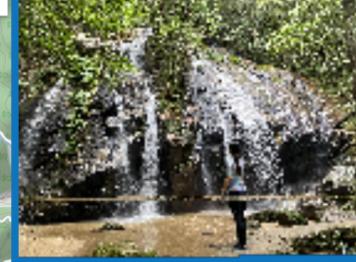
海洋つり場



とんだ屋 あら煮定食

天橋立駅～金引の滝(往復)

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
10 km	60m	1h~	★☆☆☆



C 旧宮津街道

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
20km	770m	2h~	★★★☆☆



天橋立 福知山

距離	獲得標高	時間	難易度 (E-Bike)
38 km	500m	3h~	★☆☆☆



musubiのプレートランチ



旧三上家住宅(江戸時代の豪邸)カフェ

E-Bikes

制作・コース監修・写真提供
合同会社海の京都 e-Bikes

(Eバイクレンタル)
1日 4000円 2日 6000円
※Giant, Tern など
「京都海道」で検索

*この地図は OpenStreetMap を利用して作成。