

浜名湖への アクセス



鉄 道 (JR東海道新幹線)

- 東京駅より浜松駅まで 約1時間半
- 名古屋駅より浜松駅まで 約30分
- 新大阪駅より浜松駅まで 約1時間半

※浜松駅より自転車自走で弁天島駅まで約1時間

高速道路

- 東京より東名高速道路で三ヶ日インターまで約3時間半
- 名古屋より東名高速道路で三ヶ日インターまで約1時間半
- 大阪より高速道路・有料道路を使用して三ヶ日インターまで約3時間

浜松・浜名湖サイクリングをサポートする施設のご案内

バイクピット (自転車の休憩所)

駐輪スペースの提供や工具の無料貸し出しなど、自転車旅のサイクリストが気軽に立ち寄って休憩できる施設です。



サイクリスト ウェルカム の宿

自転車の持込み、保管スペースの提供や工具の無料貸し出し等、自転車旅のサイクリストウェルカムの宿泊施設です。



浜松・浜名湖のレンタサイクル

【ゆーりん ターミナル】

浜名湖畔に7拠点。それぞれのターミナルで乗り捨て可能です。

- 弁天島海浜公園ターミナル TEL. 053-596-4187
- 海湖館ターミナル TEL. 053-594-6624
- 新居町駅西ターミナル TEL. 053-594-5022
- 渚園ターミナル TEL. 053-592-1525
- 館山寺ターミナル TEL. 053-487-0152
- 気賀駅ターミナル TEL. 053-522-4720 (天竜浜名湖鉄道)
- 三ヶ日駅ターミナル TEL. 053-525-0102 (天竜浜名湖鉄道)

その他、レンタサイクル情報はハマイチプラスをチェック。



ハマイチプラス
レンタサイクル



天竜浜名湖鉄道
レンタサイクル

サイクリングの注意事項

コースは全て公道で、自転車は軽車両です。

歩行者や他の車両に注意し、交通規則を守って走りましょう。

- サイクリングは事前の準備が大切です。タイヤの空気圧、ブレーキの状態など自転車の整備はもちろん、ヘルメットやグローブなどの装備や服装、水や携行食の準備、天候や立ち寄り施設の確認などを事前におこない体調を整えて臨みましょう。
- サイクリング中にマップをご覧になる際は、安全な場所に止まってからにしましょう。
- サイクリング中の安全については各自の責任と判断のもとで行ってください。

天竜サイクリングMAP

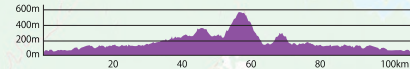
悠然と流れる天竜川とともに山・川・里山をめぐる
北遠ワール드의自転車旅をお楽しみください。

※このマップおよびRide with GPSでは、スタート&ゴールを船明ダム運動公園に設定しています。
マップは2024年3月時点の情報をもとに作成しています。

コース標高図

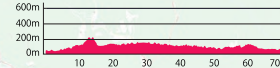
●天竜縦貫ロングコース コースタイム 約8時間 上級者向け

走行距離: 107.4km 登り獲得標高: 2,276m



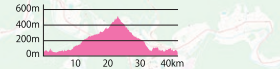
●春野・気田川コース コースタイム 約5時間 中級者向け

走行距離: 72.2km 登り獲得標高: 1,463m



●熊コース コースタイム 約3時間 中・上級者向け

走行距離: 41.6km 登り獲得標高: 939m



●スーパー林道チャレンジコース コースタイム 約9時間 上級者・健脚向け

走行距離: 102.8km 登り獲得標高: 2,630m

※一部区間は冬期通行止めとなります。(12月中下旬～4月初旬)

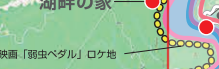
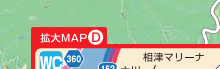


気象状況の影響を強く受ける場合があります。輸行情況を立てる際には最新の道路状況をご確認ください。

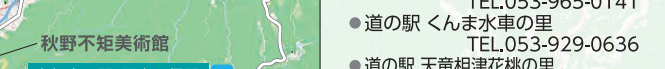
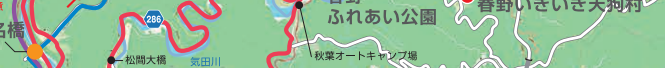
〈浜松防災マップ:2次元コード〉
表示される利用条件に[同意]のうえ
マップ情報に進みます。



浜松市防災マップ



天竜縦貫ロングコース



凡 例

天竜縦貫ロングコース

春野・気田川コース

熊コース

スーパー林道チャレンジコース

公共トイレ WC

注意箇所 !

上り坂、下り坂の表記はコースを
スタートからたどった場合です。

【主な公共施設、直売所など】

※営業曜日、時間などは事前に各施設に
お問い合わせください。

- 水窪の星 碧 -AOI- TEL.053-987-1212
- 秋葉茶屋 TEL.053-985-0233
- 道の駅 いっぱく処横川 TEL.053-929-0129
- NPOのお店 いどばた TEL.053-965-0141
- 道の駅 くんま水車の里 TEL.053-929-0636
- 道の駅 天竜相津花桃の里 TEL.053-923-2339
- 塩の道駅 春野いきいき天狗村 TEL.053-985-0501

© OpenStreetMap contributors



どろっと一周浜名湖+山・川・里山の北遠ワールド

ハマイチ+天竜 サイクリングMAP

汽水湖として日本一の周囲長を誇る浜名湖は、手のひらのような
カタチで複雑な入江を持つ個性的な湖です。多彩に変化する美しい
風景、湖面をかすめ、波打ち際に沿った面白いみち。豊饒な汽水の
恵み、暖気が育む柑橘類。湖一周の自転車旅をお楽しみください。

ハマイチコース (浜名湖一周) 約 67 km + 3つのサブコース

ハマイチ バイパス コース
ハマイチ グリーン コース
ハマイチ ブルー コース



道「潮見坂」
道の駅「潮見坂」
自転車の駅/奥浜名湖観光協会
自転車の駅/館山寺温泉観光協会
自転車の駅/はまなこサイクル
自転車の駅/舞阪町観光協会
太平洋岸
自転車道
に接続

編集・発行
浜松・浜名湖サイクルツーリズム推進会議
問合せ先
公益財団法人 浜松・浜名湖ツーリズムビューロー
TEL 053-458-0011

