

サイクリングコースINFO

緊急連絡先 ※サイクリング中に事故やケガ、パンク等によりレスキューが必要な場合ご連絡ください。

ホテル十和田荘 ☎0176-75-2221

〒018-5501 青森県十和田市 奥瀬十和田湖畔休屋340

ショートコース

サイクリング&遊覧船 十和田湖畔ゆったり満喫コース

体カレベル ★ 距離 26.8km (遊覧船約15km含む)
最大標高差 101m **獲得標高** 116m
所要時間目安 2~3時間 ※獲得標高…坂を上る距離の総和 (遊覧船約50分)

ホテルから子ノ口まで爽やかな湖畔沿いをライド、そこから自転車とともに遊覧船へ。船で青く透き通る湖面に揺られると、どこか懐かしさを残す休屋の商店街に到着。その後、杉木立の静寂にたずむ十和田神社や乙女の像を見学したら、最後にマリンブルーで湖を望みながら甘くて美味しいアップルパイを。

ミドルコース

絶景/癒しの奥入瀬渓流せせらぎコース

体カレベル ★★ 距離 45.1km
最大標高差 296m **獲得標高** 415m
所要時間目安 3~4時間 ※獲得標高…坂を上る距離の総和

ホテルから子ノ口まで緩やかにアップダウンしながら奥入瀬渓流の入り口へ。人々を癒す渓流のせせらぎと、季節によって雰囲気が変貌する美しい景色の中、見どころである銚子大滝や阿修羅の流れは圧巻。時間があれば、石ヶ戸休憩所で渓流沿いの散策や、奥入瀬渓流館で見学・休憩を取りながらホテルへと戻ろう。

ロングコース

獲得標高1000m超え! 坂好きサイクリスト向けチャレンジコース

体カレベル ★★★★★ 距離 66.1km
最大標高差 804m **獲得標高** 1070m
所要時間目安 4~6時間 ※獲得標高…坂を上る距離の総和

2つの急な坂が待ち受ける十和田湖周遊コース。最初の難関である御鼻部山までの長い坂を登り切った後は、展望台から見下ろせる雄大な十和田湖の絶景が出迎える。十和田名物のバラ焼きでお腹を満たし、奥入瀬渓流の景色に癒されたら、最後に待ち受ける激坂、瞰湖台までもうひとふんばり。

HOTEL TOWADASO

ホテル十和田荘

どこから行こうか?

景色を楽しみながらいきましょう

サイクリングコースマップ

アイコン凡例

- ベダルレスト
- 見学スポット
- 温泉
- 飲食
- 売店・おみやげ
- 休憩スポット
- 体験
- 撮影スポット
- 登り坂(傾度10度以上)

RIDEの使い方

「Ride with GPS」アプリを使って、オンライン地図上でコースの確認ができます。

STEP 1 アプリをお持ちでない方はダウンロード(アカウント登録)が必要です。
<https://ridewithgps.com/app>

STEP 2 走りたいコースのQRコードを読み取ると、アプリが起動してコースマップが表示されます。

STEP 3 画面右上のメニュー「Show My Location」を押すとコースと自分の位置情報が表示されます。

※ご使用中のWebブラウザ(Chrome, Safari等)の位置情報がONになっていることを確認してください。※Ride with GPSで多くの機能を使いたい方は有料版へのアップグレードが必要です。
<https://ridewithgps.com/plans>

ホテル十和田荘・休屋周辺マップ

十和田湖

- 十和田湖めがす** 名産であるサケ科の淡水魚。身はジューシーで美味。※十和田湖畔休屋の多くの店舗で電撃きや定食が食べられる(禁漁期間外のみ)
- 乙女の像** 御前ヶ浜で向かい合う二人の像。十和田湖のシンボル
- とちの茶屋** 開運の小道
- たかさご屋**
- 高瀬商店**
- 森田商店**
- 十和田神社** 807年創建。十和田湖パワースポットとして知られる神社
〒018-5501 十和田市大字奥瀬十和田湖畔休屋486 ☎0176-75-2508
- 十和田湖国立公園協会(総合案内所)**
- 十和田ビジターセンター**
- JR HOUSE TOWADA**
- 十和田食堂**
- 十和田湖マリンブルー** 手作りアップルパイがおすすめの湖畔の喫茶店
〒018-5511 鹿角郡小坂町十和田湖休屋 ☎0176-75-3025 / 8:00~18:00 / 営業期間:4月中旬~11月上旬 / 定休日:なし
- 十和田湖遊覧船発着場(子ノ口)** 遊覧船の発着場。休屋行きはここから乗船できる
〒018-5501 十和田市大字奥瀬十和田湖畔子ノ口 ☎0176-75-2909 / 9:00頃~17:00頃 ※運行ダイヤにより変動あり / 営業期間:4月中旬~11月上旬 / 定休日:なし
ホテル十和田荘フロントにて、通常¥1,400→¥1,000の割引チケット配布 ※遊覧船に自転車を載せる場合は事前にご連絡ください
- 瞰湖台** 御倉半島と中山半島に挟まれた場所に位置する展望台 標高583m ※11月下旬~4月下旬まで冬季閉鎖
- 遊覧船乗り場** 子ノ口棧橋
- 食事処・民宿根岸屋**
- 勝田屋みずうみ亭**
- 子ノ口湖畔食堂**
- 遊覧船乗り場** 子ノ口棧橋
- START/GOAL** ホテル十和田荘
- ショートコース**
- ミドルコース**
- ロングコース**
- START/GOAL** ホテル十和田荘

十和田湖

- 御鼻部山展望台** 北側から十和田湖を一望できる 標高1,011m ※11月下旬~4月下旬まで冬季閉鎖
- 滝沢展望台**
- 滝ノ沢展望台**
- 御倉山** 標高1,011m
- 御倉部山展望台** 北側から十和田湖を一望できる 標高1,011m ※11月下旬~4月下旬まで冬季閉鎖
- 白布の滝**
- 雲井の滝**
- 銚子大滝** 奥入瀬の本流に架かる唯一のダイナミックな滝。落差7m、幅20m
- 十和田湖遊覧船発着場(子ノ口)** 遊覧船の発着場。休屋行きはここから乗船できる
〒018-5501 十和田市大字奥瀬十和田湖畔子ノ口 ☎0176-75-2909 / 9:00頃~17:00頃 ※運行ダイヤにより変動あり / 営業期間:4月中旬~11月上旬 / 定休日:なし
ホテル十和田荘フロントにて、通常¥1,400→¥1,000の割引チケット配布 ※遊覧船に自転車を載せる場合は事前にご連絡ください
- 瞰湖台** 御倉半島と中山半島に挟まれた場所に位置する展望台 標高583m ※11月下旬~4月下旬まで冬季閉鎖
- 遊覧船乗り場** 子ノ口棧橋
- 食事処・民宿根岸屋**
- 勝田屋みずうみ亭**
- 子ノ口湖畔食堂**
- 遊覧船乗り場** 子ノ口棧橋
- START/GOAL** ホテル十和田荘
- ショートコース**
- ミドルコース**
- ロングコース**
- START/GOAL** ホテル十和田荘
- 湖畔の木々が織りなす緑のトンネルを爽やかに走り抜ける**

本州最北端の秘境!

青森を駆け抜ける

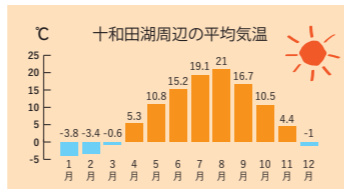
サイクリング旅

ホテル十和田荘サイクリングプラン



十和田湖畔温泉 ホテル十和田荘
〒018-5501 青森県十和田市 奥瀬十和田湖畔休屋340
URL <http://www.towadaso.co.jp/>
チェックイン/チェックアウト 15:00/10:00
客室数 234室
天然温泉(大浴場・露天風呂)あり

ご予約はこちら **0176-75-2221**



太古からの自然が育んだ 十和田湖と奥入瀬溪流で 心安らぐ

青森と秋田の両県にまたがり、日本第3位の水深を誇る十和田湖、そして湖から流れゆく約14kmの奥入瀬溪流は、十和田八幡平国立公園を代表する景勝地。日本の四季を色濃く映し出すこの場所は、新緑や紅葉の名所としても知られ、日常の疲れを癒す美しい景色や澄んだ空気を求めてサイクリングにやってくる方が多くみられます。十和田湖畔において最大規模の「ホテル十和田荘」では、地元食材を使った県境ならではの旬の味覚と、大浴場・露天風呂で和洋の趣を楽しみながら、サイクリングで疲れた体をゆっくりと休めていただくことができます。

ホテル十和田荘でレンタルできる自転車(ロードバイク)

SPECIALIZED (スペシャライズド) **全4台** **各2台ずつ**

アメリカの自転車メーカー。男女問わず、初心者から上級者、街乗りからレーサーまで豊富なバリエーションに対応。幅広い人気がある名実ともにトップクラスの自転車メーカー。AllezとDolceは初心者にも乗りやすい設計に作られたロードバイク。



Allez(アレー)
サイズ:M
(目安身長165cm~175cm)

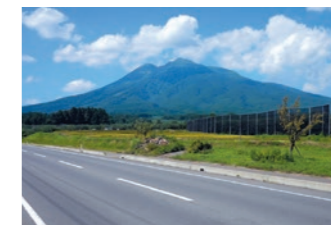


Dolce(ドルチェ)
サイズ:S
(目安身長155cm~165cm)

※自転車に乗る際は必ずヘルメットを着用してください。(レンタル可) ※レンタルした自転車は必ずホテルにご返却ください(乗り捨て禁止)。 ※一度にレンタルできる自転車は4台までです。

ロードバイクの魅力

細いタイヤと下方向に曲がったハンドルが特徴のロードバイク。初めて乗った方はその乗り心地と風を切る感覚に驚くことでしょう。自転車レースはもちろん通勤に使用する方も多く、風と一体になって走行する疾走感は、ロードバイク最大の魅力であり特長といえます。



サイクリスト
WELCOME!

自転車旅応援プラン

自転車でホテル周辺のサイクリングを楽しめる宿泊プラン!!

自転車の
持ち込み **歓迎**



豪華A5ランク十和田湖和牛 & 毛蟹をWで味わう贅沢プラン

1泊2食温泉付き **¥15,200** ※(税込)

※料金は時期によって変更する可能性があります。詳細はホテルまでお問い合わせください。



海鮮刺身盛り & 八戸郷土料理 いかのぼんぼん焼きプラン

1泊2食温泉付き **¥10,000** ※(税込)

※料金は時期によって変更する可能性があります。詳細はホテルまでお問い合わせください。

サイクリストに嬉しいサービス!!

- 1 自転車保管スペースあり
- 2 自転車洗浄・メンテナンススペースあり
- 3 ミネラルウォーター1本サービス
- 4 ヘルメット、タオルの貸し出しあり
- 5 チェックイン前/アウト後の手荷物一時預かりOK
- 6 チェックアウト後の温泉OK
- 7 自転車を含む荷物の受取・発送対応OK
- 8 フロントにて十和田湖遊覧船割引チケット配布

ペダル
リスト
あり

◀別室(施設あり)にて館内保管可

オプション 自転車単体レンタル

レンタサイクル

自転車
持ち込み不要!!

上記プラン以外の宿泊プランとの
組み合わせもOK!!

¥2,500 ※(税込)

SPECIALIZED ロードバイク
Allez(アレー)、Dolce(ドルチェ)
どちらかを1日レンタル

※台数に限りがありますので、事前にご確認ください。
※サイクリングできる動きやすい靴と服装でお越しください。

事前予約にて**¥500オフ!** レンタサイクル料金が**¥2,000に!**

★サイクリングシューズとビンディングペダル(シューズを固定できるペダル)を持参された方は、通常のペダルからビンディングペダルへ組み替え可能です。



緊急時のサイクルレスキュー
サイクリング中の事故やケガ、タイヤのパンク等でレスキューが必要な場合、ホテルにお電話をいただければレスキューカーが参ります。

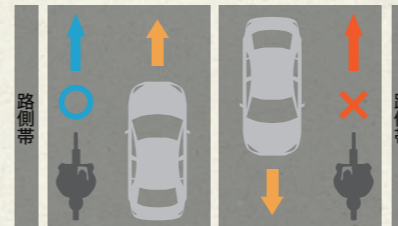
ヘルメット、タオルの貸し出し

ミネラルウォーター1本サービス

安全にサイクリングをお楽しみいただくために

走行する際の交通マナー

自転車は車道・左側通行が原則



道路交通法では、自転車は軽車両と位置づけられています。そのため、歩道と車道の区別があるところは車道通行が原則。また、走行するときは左側通行がルールとなっていて自転車車道の右側を通行すると、それは「逆走」となり、罰則の対象となります。

自転車歩行者道



自転車は基本的に車道通行が原則ですが、「自転車及び歩行者専用道路」の標識がある場合は歩道を走行することができます。基本的には歩行者が優先されるので、危険なように徐行するのがマナー。歩行者にやさしい運転心がけましょう。

その他の注意すべき道路標識



サイクリングの基本

安全ルール・マナー



△並走しない

「並進可」の標識がある場合を除いて、ほかの自転車と横に並んで走るのは原則禁止です。車道では車との距離が近くなり大変危険です。縦一列になって走りましょう。

△ながら運転はNG

携帯電話で通話したりヘッドホン等で大音量の音楽を聞きながら運転することは、他に気をとられ注意力が低下し事故につながる恐れがあるため禁止されています。

△夜間のライト点灯

夜は必ずライトを点灯を。歩行者や運転者から見落とされやすく危険です。屋間もトンネルなどの暗い場所ではライトをつけましょう。

△迷惑駐車をしない

自転車から離れる場合は、交通の妨げになるような場所への駐輪をしないようにしましょう。

△ドライバーへの意思表示

自転車を運転する時は、ハンドサインやアイコンタクトなどのコミュニケーションをとり、道路を走るドライバーへの意思表示を行いましょ。

△かもしれない運転

多様な交通環境においての事故を防ぐため、常に危険を予測しながら走行しましょう。未然に事故を回避し当事者にならない運転をしましょう。

マナーを守って楽しもう!

青森県のサイクリング情報サイト

AOMORI CYCLING

青森サイクリング aomori-cycling.com 検索

スマホはコチラ▼



おすすめコースや立寄り観光スポット、サイクリスト向け宿泊施設などを紹介