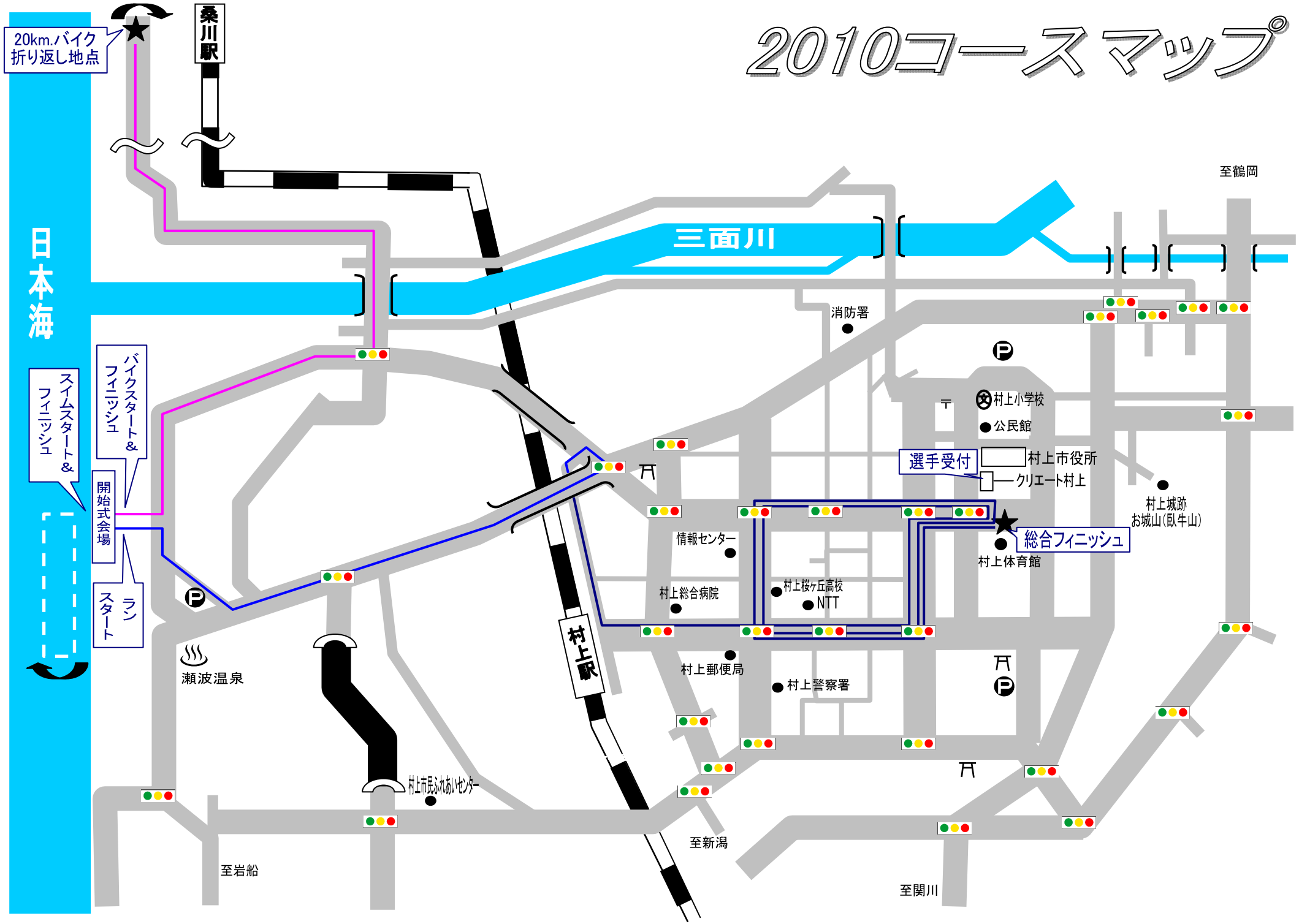
2010コースマップ


20km.バイク
折り返し地点
桑川駅
日本海
三面川
至鶴岡
消防署
バイクスタート＆
フィニッシュ
スイムスタート＆
フィニッシュ
開始式会場
ラン
スタート
村上小学校
公民館
選手受付
村上市役所
クリエート村上
村上城跡
お城山(臥牛山)
総合フィニッシュ
村上体育館
情報センター
村上総合病院
村上桜ヶ丘高校
NTT
村上駅
村上郵便局
村上警察署
瀬波温泉
村上市民ふれあいセンター
至新潟
至岩船
至関川