

KAMIFURANO CYCLING MAP

かみふらのサイクリングマップ

6 COURSE

- 01 十勝岳ヒルクライムコース
Tokachidake Hill Climb Course
- 02 やまびこ高地コース
Yamabiko Highlands Course
- 03 パッチワークの丘コース
Patchwork Hills Course
- 04 ジェットコースターの路コース
Roller Coaster Road Course
- 05 田園清流コース
Denen Seiryu (Gardens and Clear water) Course
- 06 富良野・美瑛サイクリングロード
Furano Biei Cycling Road



KAMIFURANO CYCLING MAP

ファミリー
ビギナー
の皆様

サイクリングの計画を立てよう!

For families and beginners Plan your Cycling Course!

- STEP 1 ルールを決める** Decide the rules
メンバーの年齢・体力・経験値などから、無理のないコースを設定しよう。
Choose a suitable course for your age, stamina and experience.
- STEP 2 自転車の準備** Prepare your bicycle
マイ自転車の場合は整備をしっかり行い、レンタルする場合はショップへ、自転車のお届け・お迎えサービスをしているショップもあるので、コース設定の参考にもなります。
Rent your bicycle at one of the many rental shops.
If using your own bicycle, make sure everything is in working order.
Some shops can bring the bicycles to you and pick them up when you are finished, so this might help you to decide!
- STEP 3 ウェアと持ち物の用意** Make sure you have the correct clothes and equipment.
季節に合わせたサイクリングウェアの準備をしましょう。気候や体温温度の変化にも対応できるように脱ぎ着しやすいアウターがあると便利です。帽子・ヘルメットは必須です。
Take the right clothing for the season. Make sure you have something you can put or take off if the temperature changes, and don't forget a hat or helmet.
- STEP 4 当日の天候確認** Check the weather before you leave
出発前に天気予報をチェックしましょう。走行コース、メンバー同士の連絡先、緊急連絡先なども確認しておくとう安心です。
Check the weather forecast and decide your route before leaving. Also check you know the course, have the contact information of your friends, and have emergency contact numbers.

【緊急連絡先】 Emergency Contact Numbers

富良野警察署 ☎0167-22-0110
Furano Police Station
上富良野立病院 ☎0167-45-3171
Kamifurano Town Hospital
小玉外科医院 ☎0167-45-3808
Kodama Geka Surgical Hospital

一般社団法人 かみふらの十勝岳観光協会

〒071-0543 北海道空知郡上富良野町中町1丁目1-8 セントラルプラザ内
TEL 0167-45-3150 FAX 0167-45-6301 E-mail: info@kamifurano.jp

General Incorporated Association Kamifurano Tokachidake Tourist Association
Central Plaza, Nakamachi 1-chome 1-8, Kamifurano-cho, Sorachi-gun, Hokkaido, 071-0543

http://www.kamifurano.jp @kamifurano
http://www.facebook.com/kamifurano LINE@ @1we75t8a



KAMIFURANO CYCLINGMAP

かみふらのサイクリングマップ全体ルート図

Cycling Route Map in Kamifurano

6 COURSE



日の出公園 駐車場発着2コース

Hinode Park 2 Courses arriving and departing from the car park

01 十勝岳ヒルクライムコース Tokachidake Hill Climb Course

02 やまびこ高地コース Yamabiko Highlands Course

深山峠 駐車場発着2コース

Miyama Pass 2 Courses arriving and departing from the car park

03 パッチワークの丘コース Patchwork Hills Course

04 ジェットコースターの路コース Roller Coaster Road Course

東中コミュニティ広場 駐車場発着コース

Higashinaka Community Square Course arriving and departing from the car park

05 田園清流コース Denen Seiryu (Gardens and Clear water) Course

上記コースの詳細はウラ面をご覧ください。

See the back of the map for more details about the courses above.

06 富良野・美瑛サイクリングロード

Furano Biei Cycling Road

上富良野町の気候 Kamifurano Weather

	最高気温 (°C) Highest Temperature	最低気温 (°C) Lowest Temperature	平均気温 (°C) Average Temperature
1月 January	4.5	-20.1	-6.1
2月 February	6.5	-23.1	-4.8
3月 March	14.9	-12.2	1.3
4月 April	27.6	-6.1	7.0
5月 May	29.5	0.7	13.2
6月 June	27.7	4.5	16.1
7月 July	31.8	7.4	21.2
8月 August	33.0	11.2	20.8
9月 September	26.7	6.7	16.0
10月 October	21.3	-2.8	7.6
11月 November	17.7	-18.8	1.8
12月 December	7.8	-18.4	-2.9

※上記気温は2015年の気温となります。

出典:気象庁ホームページ (http://www.jma.go.jp/)

The above temperatures are the temperatures for 2015.

Source: Japan Meteorological Agency website (http://www.jma.go.jp/)

凡例 Legend

- J JR Line
- R 国道
- 市町村界 City, Town, and Village Boundaries
- かみふらの八景 Eight Views of Kamifurano
- 絶景ポイント Best Sightseeing Spots
- 観光案内所 Tourist Information
- 一時停止必須箇所 Compulsory stop!
- 無料駐車場 Free Parking
- トイレ Rest Rooms
- 温泉 Hot Springs
- さくら Cherry Blossoms
- ラベンダー Lavender
- コンビニ Convenience Stores
- 病院 Hospitals
- 学校 Schools

各カテゴリー情報を
ご覧いただけます。
See information
according to category.

観る・遊ぶ
Sightseeing & Entertainment

観光名所・
体験施設
Tourist Attractions &
Hands on Experience Facilities

食べる・買う
Dining & Shopping

お食事・
お土産・良店
Fine Food & Gift Stores

泊まる・温泉
Places to Stay & Hot Springs

宿泊施設・
温泉ガイド
Accommodation Facilities &
Hot Springs Guide

滝里ダム
Takisato Dam

至 芦別・札幌
To Ashibetsu and Sapporo

中富良野町
Nakafurano Town

富良野市
Furano City

富良野・美瑛
サイクリングロード

富良野スキー場エリア
(富良野ゾーン)

富良野スキー場エリア
(富良野ゾーン)

富良野スキー場エリア
(富良野ゾーン)

富良野スキー場エリア
(富良野ゾーン)

富良野スキー場エリア
(富良野ゾーン)

富良野スキー場エリア
(富良野ゾーン)



おすすめ
サイクリングウェア
Recommended
Clothing for Cycling

ヘルメットか帽子を
必ずかぶりましょう。
You must wear a
helmet or hat.

走行の邪魔にならないようリュックや
メッセンジャーバッグを背負いましょう。
Wear a backpack or a messenger bag that
will not get in the way while you ride.

グローブを必ず装着しましょう。
Be sure to wear gloves.

スニーカーなどのペダルを踏みやすい
靴を履きましょう。
Choose footwear such as sneakers that
are easy to pedal in.

急な天気・気温の変化に
対応できるように、着脱し
やすい重ね着が便利。素
材は吸汗性、速乾性のあ
るものを選びましょう。
Wear layers of clothes that are
easy to take off or put on if the
weather or temperature
changes. Choose a sweat
absorbing clothes that dry
quickly.

裾が広いボトムの場合はチェーンに巻き
込まれないようにバンドで留めましょう。
If you are wearing long clothes, tie them with a
band so they do not get caught in the bicycle
chain.



レンタサイクルショップ Rental Cycle Shops
[長沼物産] 上富良野町中町2丁目3-27 ☎0167-45-2417
Naganuma Bussan Nakamachi 2-chome 3-27 Kamifurano
[YAMAICHI] 上富良野町西9線北34号 ☎0167-45-3157
Nishi 9-sen Kita 34-go, Kamifurano

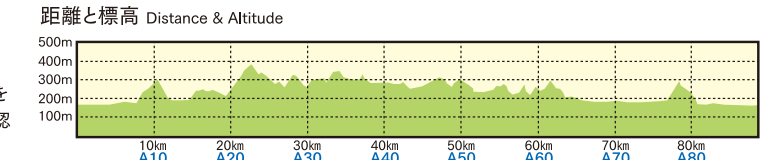
富良野・美瑛サイクリングロード Furano Biei Cycling Road

富良野市・中富良野町・上富良野町・美瑛町の4市町村にまたがる、全長80kmのサイクリングロード。路面に案内表示が塗装されているので、ロングライド初心者でも、観光で訪れている方でも、安心してコースを走行できます。約1km毎に表示されている連し番号により、マップと照らし合わせて今いる場所が分かります。

This 80km cycling road winds its way through Furano City, Nakafurano Town, Kamifurano Town and Biei Town. The course has signs painted on the road, so that even beginner long-riders and tourists can ride in safety. You can easily find your current location by comparing the serial numbers displayed along the course with those on the map.



こちらのQRコードから「ルートラボ」
を開くとコースの詳細や現在地が確認
できます。



0 1km 2km