

	時刻	距離 (km)	標高 (m)			区間				
						距離 (km)	乗車 時間	休憩 時間	速度 (km/h)	
埼玉県	1:50	0	20	ローソン	到着	0				集合
	2:00			川口栄町1丁目店	出発					
	1:10	20.5	27	東大成橋 交差点	通過	20.5	1:10		17.57	→県道164
	1:10			R17→県道164						
	1:40	31	31	セブンイレブン	到着	10.5	0:30		21.00	旧中山道
	2:00			北本ニツ家4丁目店	出発			0:20		
群馬県	2:25	39.2	31	神明町 交差点	通過	8.2	0:25		19.68	→R17
	2:25			県道164→R17						
	3:35	65.5	57	ローソン	到着	26.3	1:10		22.54	R17
	3:55			深谷宿根店	出発			0:20		
	5:05	96	107	君が代橋東 交差点	左折	30.5	1:10		26.14	R17→R18
	5:05			R17→R18						
長野県	5:15	100	130	セブンイレブン	到着	4	0:10		24.00	
	5:35			安中板鼻店	出発			0:20		
	5:40	102	149	安中駅		2	0:05		24.00	迂回
	6:35	121	403	横川/碓氷峠入口	到着	19	0:55		20.73	
	6:45				出発			0:10		
	8:00	136	965	▲碓氷峠	通過	15	1:15		12.00	
新潟県	8:05	138	944	ファミリーマート	到着	2	0:05		24.00	休憩
	8:35			ヤオトク軽井沢店	出発			0:30		
	9:00	145	1003	▲追分 交差点	通過	7	0:25		16.80	
	10:10	177	469	上田城 上田城	到着	32	1:10		27.43	観光?
	10:15	179	456	セブンイレブン	到着	2	0:05		24.00	休憩
	10:35			上田秋和店	出発			0:20		
	11:40	211	360	上千田	到着	31.8	1:05		29.35	観光?
	11:40			長野大橋@犀川の先	出発					
				↑を15:30までに通過できない場合は 左折して長野駅から輪行		輪行				足切り
	12:10	221	338	ローソン	到着	10.2	0:30		20.40	R18
12:30			長野穂保店	出発			0:20			
14:10	245	707	▲黒姫	通過	24	1:40		14.40		
14:15	247	683	セブンイレブン	到着	2	0:05		24.00	R18	
14:35			信州信濃町野尻店	出発			0:20		観光?	
新潟県	15:35	275	40	寺町	到着	28	1:00		28.00	
	15:35			R18→県道579	出発					
	15:45	276	36	セブンイレブン	到着	1	0:10		6.00	
	15:55			上越西田中店	出発			0:10		
	16:55	289	20	海岸	到着	13	1:00		13.00	
	17:05			19:01日の入り	出発			0:10		
17:20	293	4	ルートイン上越	到着	4	0:15		16.00		
20:00			反省会						夕食	
4:26 埼玉 日の出						計	293	14:20	3:00	17.3%

長野	豊野	妙高高原	上越妙高	直江津	
16:06	16:25	16:55			しなの鉄道北しなの線・妙高高原行 ¥830
16:57	-	-	17:19		新幹線はくたか569号・金沢行 ¥970+自由席¥1,840
		17:07	17:43	17:59	えちごトキめき鉄道妙高はねうまライン・直江津行 ¥670

6月2日

	時刻	距離	標高		
新潟県	8:30	0.0		ルートイン上越	出発
		8.2		高田城跡	
		10.2		高田寺町	
		18.7		日本海	
		20.7		セブンイレブン	休憩
		21.1		直江津港	
		32.5		人魚塚	
		45.5		聖ヶ鼻	
		46.4		米山トンネル(通行注意)	
		52.8		日本海鮮魚センター	ランチ
		53.5		鷗が鼻展望台(恋人岬)	
		57.0		鯨波鬼穴	
		13:30	62.0	柏崎駅	到着

柏崎	長岡	大宮	川口		
13:11	13:56			JR信越本線・長岡行	¥5080
	14:06	15:18		JR新幹線Maxとき368号・東京行	自由席 ¥3470
		15:40	16:01	JR京浜東北・根岸線・大船行	
14:25	15:10			JR信越本線・長岡行	¥5080
	15:32	16:34		JR新幹線とき328号・東京行	自由席 ¥3470
		16:47	17:08	JR京浜東北・根岸線・大船行	
15:04	15:49			JR信越本線・長岡行	¥5080
	16:33	17:34		JR新幹線Maxとき332号・東京行	自由席 ¥3470
		17:51	18:12	JR京浜東北・根岸線・大船行	