



# AMAKUSA CYCLING EXPERT COURSES

## 下島北部エリア

### 4. 苓北町(富岡)周遊コース

**Dolphin Route**  
距離/約29.5km  
最大標高差/72m  
最大斜度/14.0%/-15.7%  
交通量/やや多い 難易度/★★★

**BIG-Challenge Route**  
距離/約13km  
最大標高差/390m  
最大斜度/19.9%/-19.6%  
交通量/少ない 難易度/★★★★

**「劇場版弱虫ペダル」Route**  
距離/約80.2km  
最大標高差/353m  
最大斜度/15.5%/-9.9%  
交通量/多い 難易度/★★★★

**十万山クライム**  
距離/約4.5km  
最大標高差/225m  
最大斜度/17.9%/-3.9%  
交通量/普通 難易度/★★

**「劇場版弱虫ペダル」Route**  
距離/約80.2km  
最大標高差/353m  
最大斜度/15.5%/-9.9%  
交通量/多い 難易度/★★★★

**老岳クライム**  
距離/約8.7km  
最大標高差/590m  
最大斜度/24.8%/-9.0%  
交通量/少ない 難易度/★★★★

**千蔵山クライム**  
距離/約1.7km  
最大標高差/105m  
最大斜度/14.5%/-1.6%  
TT標準タイム/7min. 難易度/★

**HIMEDO Coast Route**  
距離/約10.5km  
最大標高差/35m  
最大斜度/9.2%/-18.7%  
交通量/普通 難易度/★

**白嶽クライム**  
距離/約6.1km  
最大標高差/312m  
最大斜度/22.5%/-18.6%  
交通量/普通 難易度/★★★

**倉岳クライム**  
距離/約8.9km  
最大標高差/677m  
最大斜度/20.7%/-7.0%  
交通量/少ない 難易度/★★★★

**DRAGON Route**  
距離/約19.2km  
最大標高差/84m  
最大斜度/16.1%/-11.8%  
交通量/普通 難易度/★★★

**龍ヶ岳クライム**  
距離/約6.9km  
最大標高差/454m  
最大斜度/27.0%/-17.3%  
交通量/やや少ない 難易度/★★★★

## 上島エリア

**「劇場版弱虫ペダル」Route**  
距離/約80.2km  
最大標高差/353m  
最大斜度/15.5%/-9.9%  
交通量/多い 難易度/★★★★

**Orange-line Route**  
距離/約23.2km  
最大標高差/324m  
最大斜度/32.3%/-19.3%  
交通量/少ない 難易度/★★★★

**老岳クライム**  
距離/約8.7km  
最大標高差/590m  
最大斜度/24.8%/-9.0%  
交通量/少ない 難易度/★★★★

**HIMEDO Coast Route**  
距離/約10.5km  
最大標高差/35m  
最大斜度/9.2%/-18.7%  
交通量/普通 難易度/★

**白嶽クライム**  
距離/約6.1km  
最大標高差/312m  
最大斜度/22.5%/-18.6%  
交通量/普通 難易度/★★★

**倉岳クライム**  
距離/約8.9km  
最大標高差/677m  
最大斜度/20.7%/-7.0%  
交通量/少ない 難易度/★★★★

**DRAGON Route**  
距離/約19.2km  
最大標高差/84m  
最大斜度/16.1%/-11.8%  
交通量/普通 難易度/★★★

**龍ヶ岳クライム**  
距離/約6.9km  
最大標高差/454m  
最大斜度/27.0%/-17.3%  
交通量/やや少ない 難易度/★★★★

## 牛深～崎津エリア

**HAIYA Route**  
距離/約30.5km  
最大標高差/110m  
最大斜度/18.9%/-13.8%  
交通量/普通 難易度/★★★

**遠見山クライム**  
距離/約3.3km  
最大標高差/179m  
最大斜度/22.5%/-5.9%  
交通量/少ない 難易度/★★

## 屋内持ち込み可能! 宿泊施設一覧

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>湯楽亭</b><br/>Tel.0964-56-0536<br/>上天草市大矢野町上弓ヶ浜5190-2</p> <p><b>ホテル松園海星</b><br/>Tel.0964-56-0348<br/>上天草市大矢野町上6494</p> <p><b>小松屋旅館</b><br/>Tel.0964-59-0111<br/>上天草市大矢野町中10044-3</p> <p><b>ゲストハウス SHIMAGO SURFRIDER</b><br/>Tel.080-1399-2979<br/>天草市有明町大島子3040-1</p> <p><b>大江戸温泉物語 天草ホテル亀屋</b><br/>Tel.0570-034268<br/>上天草市大矢野町中4463-2</p> <p><b>ホテル松島閣ろまん館</b><br/>Tel.0969-56-3000<br/>上天草市松島町合津6215-21</p> <p><b>旅館 なかしま荘</b><br/>Tel.0969-56-0542<br/>上天草市松島町合津6466</p> <p><b>松島観光ホテル岬亭</b><br/>Tel.0969-56-1188<br/>上天草市松島町合津4710</p> <p><b>潮の香る宿甲ら家</b><br/>Tel.0969-58-3111<br/>上天草市姫戸町姫浦3043-12</p> <p><b>よしやホテルきらら停</b><br/>Tel.0969-62-1108<br/>上天草市龍ヶ岳町樋島565-25</p> | <p><b>天草レストハウス結の里</b><br/>Tel.0969-72-8821<br/>天草市魚場町4688-1</p> <p><b>山口屋旅館(下田金魚店)</b><br/>Tel.0969-76-1301<br/>天草市河浦町河浦4899</p> <p><b>天草プリンスホテル</b><br/>Tel.0969-22-5136<br/>天草市東町92</p> <p><b>ホテルアレグリアガーデンズ天草</b><br/>Tel.0969-22-3161<br/>天草市本渡町広瀬996</p> <p><b>アマクササンタカミングホテル</b><br/>Tel.0969-22-0100<br/>天草市天草下田北1201</p> <p><b>栄美屋旅館</b><br/>Tel.0969-22-3207<br/>天草市古川町1-5</p> <p><b>民宿旅館 はまや</b><br/>Tel.0969-46-2305<br/>天草市新和町大多尾2406-1</p> <p><b>望洋閣</b><br/>Tel.0969-42-3111<br/>天草市天草下田北1201</p> <p><b>湯本の荘 夢ほたる</b><br/>Tel.0969-42-3311<br/>天草市天草町下田北1366-1</p> |
|---|---|

## アクセス情報

- 自動車**  
熊本～90分～上天草(松島)  
～40分～天草(本渡)～55分～牛深
  - 島鉄フェリー**  
(長崎県)  
口之津港～30分～鬼池港
  - 苓北観光汽船**  
(長崎県)  
茂木港～45分～富岡港(※)  
※自転車をおまかせすることは出来ないため輸行バッグ等が必要です。
  - 三和フェリー**  
(鹿児島県)  
蔵之元港～30分～牛深港
  - 天長フェリー**  
(鹿児島県)  
諸浦港～35分～中田港
  - 天草エアライン**  
福岡空港～35分～天草空港(※)  
※自転車をおまかせすることは出来ないため輸行バッグ等が必要です。
- 天草地域サイクリングテーマソング  
「明日へのペダル」  
YouTube

## レンタサイクル取扱施設一覧

名称 住所	電話番号	利用時間 定休日	取扱台数	利用料金
mio camino AMAKUSA 上天草市松島町合津6215-17	☎ 0969-33-9500	9:00～17:30 (16:30まで受付) ●不定休	電動 6台 スポーツ 14台 子供 2台	1日プラン 電動 1,500円 スポーツ 1,000円 子供 500円
宝島レンタカー(有限会社宝島) 天草市本渡町広瀬2-3	☎ 090-3191-4680	8:00～20:00	電動 6台	1日プラン 1,000円
天草空港 宝島レンタカーによる配送	☎ 090-3191-4680	8:00～20:00	電動 最大 8台可	1日プラン 1,000円
本渡港 宝島レンタカーによる配送	☎ 090-3191-4680	8:00～20:00	電動 最大 9台可	1日プラン 1,000円
道の駅 崎津 天草市河浦町崎津1117-10	☎ 0969-78-6000	9:00～17:00 (16:00まで受付) ●12/30～1/1休業	電動 3台 普通 4台 子供 2台	1日プラン 全車種 200円
富岡港船客待合所 天草郡苓北町富岡2711-47	☎ 0969-35-0705	9:00～17:00 (16:00まで受付) ●不定休	電動 2台	1日プラン 1,000円
植田自転車店 上天草市大矢野町上1531-7	☎ 090-3323-1198	●事前予約	電動 2台 電動 3,000円～ スポーツ 7台 普通 5台 子供 3台	1日プラン 3,000円～ スポーツ 1,000円～ 普通 1,000円～ 子供 1,000円～
御所浦物産館 しろさい館 天草市御所浦町御所浦4310-8	☎ 0969-67-1234	8:30～17:30 ●1月1日休業	普通 6台 子供 3台	1日プラン 500円
天草プリンスホテル 天草市東町92	☎ 0969-22-5136	7:00～21:00	普通 3台	1日プラン 500円
ホテルアレグリアガーデン 天草市本渡町大字広瀬996	☎ 0969-22-3161	9:00～17:00	普通 3台	無料 ※宿泊のお客様のみ
天草下田温泉 望洋閣 天草市天草町下田北1201	☎ 0969-42-3111	9:00～17:00	電動 2台	無料 ※宿泊のお客様のみ



※サイクリングマップの内容は2023年12月現在の情報です