

# A 鳴門盤山 周遊路線

環遊鳴門海峽各色美景。鳴門盤山公路至內野海、鳴門公園周邊的眺望台至鳴門大橋等路段設有各個攝影點。



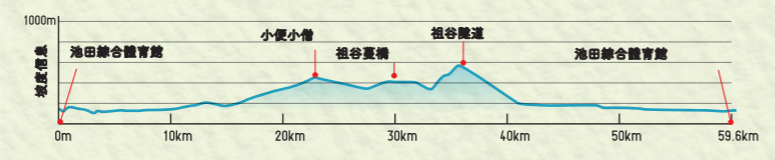
基地 **UZU PARK 自行車休息站 (賽艇比賽鳴門)**  
 總行駛里程 **30.2km**  
 累計騎行高度 **425m**

- 所需時間 **大約 2 小時**
- 交通
- 從鳴門站騎車需 8 分鐘
- 危險提示
- 鳴門盤山公路通行車輛較多，且有連續彎道，行車時請注意對向來車。
  - 鳴門公園下坡時請注意不要超。



# B 祖谷溪谷 盡享路線

可以騎行欣賞祖谷溪谷四季風景的西部路線。欣賞穿越四國山脈的急流與懸崖。尤其是秋日的紅葉更是一絕。



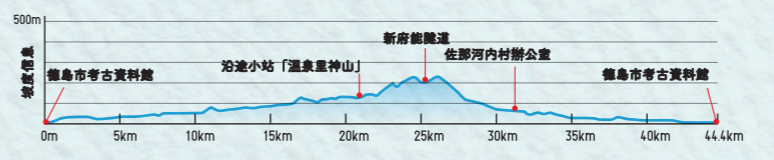
基地 **池田綜合體育館**  
 總行駛里程 **59.6km**  
 累計騎行高度 **925m**

- 所需時間 **大約 4 小時**
- 交通
- 由阿波池田站出發騎行約 5 分鐘
  - 由德島站出發駕車約 2 小時
  - 由井川池田 IC 出發乘車約 8 分鐘
- 危險提示
- 小便小僧周圍道路狹窄，請注意視野。
  - 出祖谷隧道後下坡時請注意不要超速。
  - 有部分落石和柵欄。



# C 神山 治愈路線

一邊遠眺點喰川美景，一邊緩緩進入森林。路線周邊，分佈著許多高原、瀑布等治愈景點。景美車少，您可以悠閒地享受這段旅程。



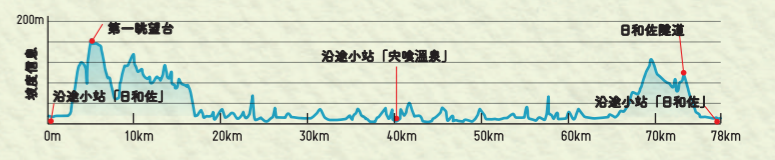
基地 **德島市考古資料館 沿途小站「溫泉里神山」**  
 總行駛里程 **44.4km**  
 累計騎行高度 **417m**

- 所需時間 **大約 3 小時**
- 交通
- 由府中站出發騎行約 5 分鐘
  - 由藍住 IC 出發開車約 20 分鐘
- 危險提示
- 上坡時有急轉彎，請注意對向來車。
  - 新府能隧道人行道狹窄能見度視野有限，請使用照明。



# D 陽光車道 德島南海岸路線

在南阿波陽光車道，您可以一覽美麗的海岸線與雄偉的太平洋。竹之島方向的海陽町附近，您可一邊騎行，一邊欣賞品味風格迥異的南國風情。



基地 **沿途小站「日和佐」**  
 總行駛里程 **78km**  
 累計騎行高度 **924m**

- 所需時間 **大約 5 小時**
- 交通
- 由日和佐站出發騎行約 1 分鐘
  - 由日和佐路路口出發開車約 3 分鐘
- 危險提示
- 南阿波陽光車道彎道較多請注意。
  - 在日和佐隧道附近下坡時請注意車速。

