

AMAKUSA CYCLING MAP

AMA-ICHI 21 Stages (14Routes,7climbs)

天草の海と山を満喫できる
「アマイチ」全21ステージを
完走しよう

- 1, OHYANO-Healing Route** (49.3km)
大矢野ヒールグランド/大矢野のユースポットを通りながら島を一周できる満喫コース
- 2, DRAGON Route** (19.2km)
ドラゴンルート/龍ヶ岳〜倉岳〜酒本の漁村を走り、適度な高低差もポイント!
- 3, HIMEDO Coast Route** (10.5km)
短戸コース/穏やかな海を眺めながら走る。平坦でビギナーでも安心
- 4, Orange-line Route** (23.2km)
オレンジライン/名前は甘いコースはあまくない! 約23kmの絶景ルート
- 5, HAIYA Route** (30.5km)
ハイヤルート/海上に架かるハイヤ大橋を渡り、魚貫〜内ノ原を走る約31kmのコース
- 6, BIG-Challenge Route** (13km)
ビッグチャレンジ/固体のコースに選ばれた名コース。坂を登りきった頂上には美味しい湧き水が!
- 7, Dolphin Route** (29.5km)
ドルフィンルート/鬼池港から下田、鬼海ヶ浦までの約30km。途中にはおっぱい岩なども!
- 8, AMAKUSA Sunset-line Route** (34.2km)
天草サンセットライン/崎津教会や大江教会、十三仏堂、下田温泉を走る天草西海岸コース
- 9, 「劇場版昆虫ベダル」Route** (80.2km)
「劇場版昆虫ベダル」ルート/「熊本火の国やまなみレース」1日目天草でのコース。あの各シーンを体験しよう。
・BD&DVD好評発売中!
・各動画配信サービスで配信!

国道など交通量の多いルートで集団走行する場合、自動車が容易に追い越せるように、5人以下での走行を心がけましょう。自転車と自動車がお互いを思いやり、気持ちよく共存できる環境づくりに努めましょう。

- 🚲 自転車店
- 📍 絶景ポイント
- 🍷 サイクル・ラック
- 🚰 水補給可
- 🏠 スタート/ゴール
- 🚰 温泉施設
- 🛒 コンビニエンス・ストア
- 🚻 トイレ
- 🚰 水補給可
- ⚠️ 走行注意

天草ブルーガーデン
ウッドデッキから天草灘に沈む夕日は、「日本の夕陽百選」にも選ばれた景観の絶景。

天草ブルーガーデン
ウッドデッキから天草灘に沈む夕日は、「日本の夕陽百選」にも選ばれた景観の絶景。

天草ブルーガーデン
ウッドデッキから天草灘に沈む夕日は、「日本の夕陽百選」にも選ばれた景観の絶景。

天草市 御所浦 倉岳 有明 天草上島 天草下島 新和 牛深 天草

1, OHYANO-Healing Route
2, DRAGON Route
3, HIMEDO Coast Route
4, Orange-line Route
5, HAIYA Route
6, BIG-Challenge Route
7, Dolphin Route
8, AMAKUSA Sunset-line Route
9, 「劇場版昆虫ベダル」Route

天草市 御所浦 倉岳 有明 天草上島 天草下島 新和 牛深 天草

橋の上を走行する時は、道幅が狭いので大型車やトラックなど十分な注意を払って下さい。また、転倒事故防止のため、できる限り歩道走行を行うよう心がけましょう。

ちやんぼん大王
ラーメン、ちやんぼんはちまんの串、モチモチみかんなど定番メニュー。

天草西部ミュージアム
大矢野町のランドマーク的な、丘の上に建てられた美術館。鳥居、天草の歴史を学べる。

フレンド
お弁当が美味いという評判の店。お昼ご飯の休憩はここで決まり!

天然酵母もっぴん
天然酵母を使ったパンが自慢の、地元の名産。地元でこだわったパンは地元でも人気。

ファミリーショップうら
「天草大王コロッセ」が「大砲巻き」が特徴的なピッツァ。黄色い派手な看板が目印。

リゾートテラス天草
天草の海辺を彩るリゾートマーケット、レストラン、カフェ、バー、工房なども好評。

シークルーズ
天草宝島ラインの自転車専用乗船券(船行後に入れて、そのままだと大人料金の半額)。

ケーキ工房パンペン
50cmの「天草ロール」は、遠近でも人気の人気商品。

AMA-ICHI-NEW 新設5コース

- 1 大矢野島・天草上島コース
- 2 天草下島コース
- 3 上天草市・シーサイドコース
- 4 天草西海岸サンセットコース
- 5 苓北町(高岡)周辺コース

QRコード
店名をクリックすると、その店舗のサイトにリンクします。

名	電話	営業時間	定休日
植田自転車店	0964-56-0113	10:00~22:00 (受付は~21:30)	第2・4火曜 (祝日の場合は翌日)
道の駅有明 さざ波の湯	0969-53-1126	10:00~21:30	第2水曜 (祝日の場合は翌日)
河童口マン館	0969-54-5626	10:00~21:00	第2火曜 (祝日の場合は翌日)
鱒魚の湯	0969-35-3770	10:00~21:00	第1・3木曜 (祝日の場合は翌日)
ユメール	0969-28-0111	10:00~21:00	第2・4火曜 (祝日の場合は翌日)
白鳥館	0969-42-3075	9:00~21:00	第4木曜 (祝日の場合は翌日)
豊楽里	0969-76-1526	10:00~21:00	第1月曜 (祝日の場合は翌日)
牛深温泉センター やすらぎの湯	0969-72-8666	9:00~21:00	第3火曜 (祝日の場合は翌日)
天然温泉・ペラの港	0969-22-3161	8:30~9:30 / 13:00~22:00	なし

大洞窟の宿 湯楽亭
2つの温泉を持つ宿。温泉の日帰り入浴は20分可能。天草の温泉を味わえる新館も。

ホテル松葉閣ろまん館
天草の素材を活かした料理が自慢。温泉の露天風呂が癒し。秋に「あまの湯」が人気。

旅館 なかま荘
目の前に、美しい天草の海が広がる。温泉の露天風呂が癒し。秋に「あまの湯」が人気。

民宿 貴久亭
心のこもったおでんや手料理が評判の「貴久亭」の旁町屋。ラーメン店も人気。

大洞窟の宿 湯楽亭
2つの温泉を持つ宿。温泉の日帰り入浴は20分可能。天草の温泉を味わえる新館も。

ホテル松葉閣ろまん館
天草の素材を活かした料理が自慢。温泉の露天風呂が癒し。秋に「あまの湯」が人気。

旅館 なかま荘
目の前に、美しい天草の海が広がる。温泉の露天風呂が癒し。秋に「あまの湯」が人気。

民宿 貴久亭
心のこもったおでんや手料理が評判の「貴久亭」の旁町屋。ラーメン店も人気。

大洞窟の宿 湯楽亭
2つの温泉を持つ宿。温泉の日帰り入浴は20分可能。天草の温泉を味わえる新館も。

ホテル松葉閣ろまん館
天草の素材を活かした料理が自慢。温泉の露天風呂が癒し。秋に「あまの湯」が人気。

旅館 なかま荘
目の前に、美しい天草の海が広がる。温泉の露天風呂が癒し。秋に「あまの湯」が人気。

民宿 貴久亭
心のこもったおでんや手料理が評判の「貴久亭」の旁町屋。ラーメン店も人気。