AMAKUSA CYCLING MAP

AMA-ICHI 15 Stages (8Routes,7climbs)

天草の海と山を満喫できる“アマイチ”全15ステージを完走しよう

1, OHYANO-Healing Route (49.3km)
大矢野ヒーリングルート／大矢野のビュースポットを巡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～栖本の漁村を走り、適度な高低差もポイント！

3, HIMEDO Coast Route (10.5km)
HIMEDOコーストルート／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)
オレンジラインルート／名前は甘いが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～内ノ原を巡る約31kmのコース

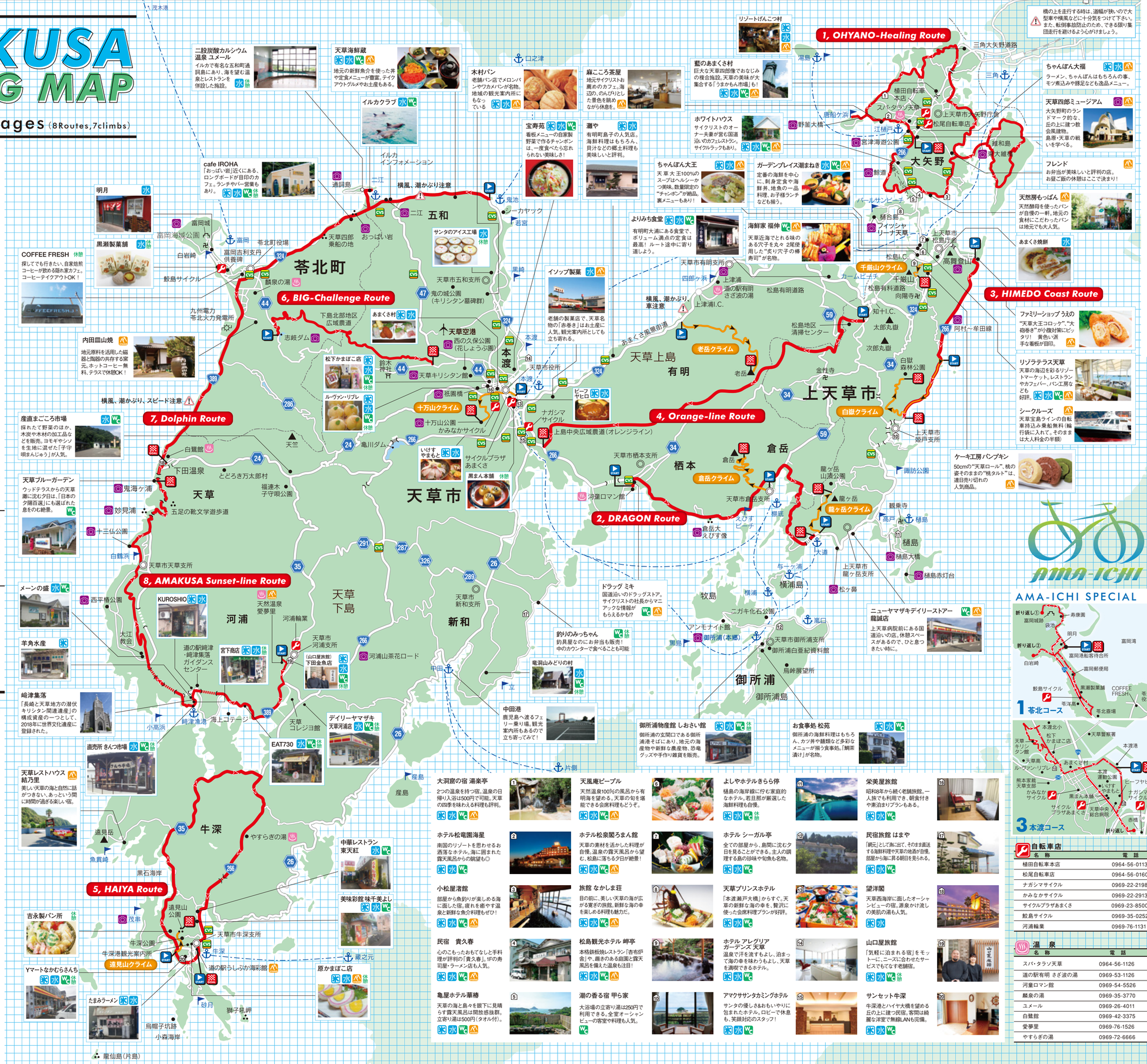
6, BIG-Challenge Route (13km)
ビッグチャレンジルート／国体のコースに選ばれた名コース。坂を登りきった頂上には美味しい湧き水が！

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ルート／崎津教会や大江教会、十三仏堂、下田温泉を巡る天草西海岸線コース

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
- 温泉施設
- 絶景ポイント
- コンビニエンス・ストア
- サイクル・ラック
- トイレ
- 氷補給可
- 水補給可
- スタート／ゴール
- 走行注意



掲載している情報は、QRコードのWebページで確認できます

※掲載内容は平成30年7月時点のものです

AMA-ICHI SPECIAL　ファミリーポタリング4コース

自転車店

※詳しいサービス内容は各店にお問い合わせください。

名称	電話	所在地
植田自転車本店	0964-56-0113	上天草市大矢野町上1531-1
松尾自転車店	0964-56-0160	上天草市大矢野町中478ー10
ナガシマサイクル	0969-22-2198	天草市志柿町6327-21
かみなかサイクル	0969-22-2913	天草市南町2-21
サイクルプラザあまくさ	0969-23-8500	天草市太田町15-10
鮫島サイクル	0969-35-0252	天草郡苓北町富岡3309
河浦輪業	0969-76-1131	天草市河浦町河浦5042-2

温泉

※詳しいサービス内容は各施設にお問い合わせください。

名称	電話	営業時間	定休日
スパ・タラソ天草	0964-56-1126	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）
河童ロマン館	0969-54-5526	10:00～21:00	第2火曜（祝日の場合は翌日）
鱗泉の湯	0969-35-3770	10:00～21:00	第1・3木曜（祝日の場合は翌日）
ユメール	0969-26-4011	10:00～21:00	第2・4火曜（祝日の場合は翌日）
白鷺館	0969-42-3375	9:00～21:00	第4木曜（祝日の場合は翌日）
愛夢里	0969-76-1526	10:00～21:00	第1月曜（祝日の場合は翌日）
やすらぎの湯	0969-72-6666	9:00～21:00	第3火曜（祝日の場合は翌日）

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500円で可能。天草の四季を味わえる料理も評判。

天風庵ビーブル
天然温泉100%の風呂から有明海を望める。天草の旬を堪能できる会席料理もどうぞ。

よしやホテルきらら停
樋島の海岸線に佇む家庭的なホテル。若旦那が厳選した海鮮料理を自慢。

栄美屋旅館
昭和8年から続く老舗旅館。一人旅でも利用でき、朝食付きや素泊まりプランもある。

ホテル松竜園海星
南国のリゾートを思わせるお洒落なホテル。海に囲まれた露天風呂からの眺望も◎

ホテル松泉閣ろまん館
天草の素材を活かした料理が自慢。温泉の露天風呂から望む、松島に落ちる夕日が絶景！

ホテル シーガル亭
全ての部屋から、島間に沈む夕日を見ることができる。主人の調理する島の珍味や旬魚も名物。

民宿旅館 はまや
「網元」として海に出て、そのまま直送する海鮮料理や天草の地酒が自慢。部屋から海に昇る朝日を見られる。

小松屋渚館
部屋から魚釣りが楽しめる海に面した宿。疲れを癒やす温泉と新鮮な魚介料理もぜひ！

旅館 なかしま荘
目の前に、美しい天草の海が広がる寛ぎの旅館。新鮮な海の幸を楽しめる料理も魅力だ。

天草プリンスホテル
「本渡瀬戸大橋」からすぐ。天草の新鮮な海の幸を、贅沢に使った会席料理プランが好評。

望洋閣
天草西海岸に面したオーシャンビューの宿。源泉かけ流しの美肌の湯も人気。

民宿　貴久春
心のこもったおもてなしと手料理が評判の「貴久春」。1Fの寿司屋・ラーメン店も人気。

松島観光ホテル 岬亭
本格鉄板焼レストラン「杏奈炉舎」や、趣きのある庭園と露天風呂を備えた温泉も注目！

ホテル アレグリア ガーデンズ 天草
温泉で汗を流すもよし、泊まって海の幸を味わうもよし、天草を満喫できるホテル。

山口屋旅館
「気軽に泊まれる宿」をモットーに、ニーズに合わせたサービスでもてなす老舗宿。

亀屋ホテル華椿
天草の海と島々を眼下に見晴らす露天風呂は開放感抜群。立寄り湯は500円（タオル付）。

湖の香る宿 甲ら家
大浴場の立寄り湯は250円で利用できる。全室オーシャンビューの客室や料理も人気。

アマクササンタカミングホテル
サンタの優しさ&おもいやりに包まれたホテル。ロビーで休息も、笑顔対応のスタッフ！

サンセット牛深
牛深港とハイヤ大橋を望める丘の上に建つ民宿。客間は綺麗な洋室で無線LANも完備。