

**岩瀬休憩所** トイレ、ベンチ、駐車場30台あり

**岩瀬休憩所→雨引休憩所** いわせ→あまひら 4.6km  
 ロードのところで、休憩用のベンチがあります。休みながらゆっくりと走りましょう。

自転車……30分  
 徒歩……90分

**雨引休憩所→真壁休憩所** あまひら→まがひら 5.3km  
 前方に筑波山を眺めながらの自然満喫コース。春には菜の花がロードを彩ります。

自転車……30分  
 徒歩……90分

**真壁休憩所→筑波休憩所** まがひら→つくし 5.3km  
 前方に筑波山を眺めながらの自然満喫コース。春には菜の花がロードを彩ります。

自転車……30分  
 徒歩……90分

**筑波休憩所→藤沢休憩所** つくし→ふさ 5.3km  
 前方に筑波山を眺めながらの自然満喫コース。春には菜の花がロードを彩ります。

自転車……30分  
 徒歩……90分

**藤沢休憩所** トイレ、屋根付きベンチ、駐車場7台あり

**虫掛休憩所** トイレ、屋根付きベンチ、駐車場10台あり



**雨引休憩所** トイレ、屋根付きベンチ、駐車場10台あり

**真壁休憩所** トイレ、屋根付きベンチ、駐車場19台あり

**筑波休憩所** トイレ、障害者用トイレ、屋根付きベンチ、駐車場14台あり(うち1台は車椅子用)

**真壁休憩所→筑波休憩所** まがひら→つくし 9.9km  
 二股や起伏のあるめずらしいコース。注意して走りましょう。

自転車……60分  
 徒歩……150分

**筑波休憩所→藤沢休憩所** つくし→ふさ 12.8km  
 朝夕には道字路としてみんなに利用されています。きれいな景色をのんびりと楽しみましょう。

自転車……60分  
 徒歩……210分

**藤沢休憩所→虫掛休憩所** ふさ→むしかけ 3.8km  
 どこまでも続きそうな直線コース。スピードの出しすぎに注意しましょう。

自転車……20分  
 徒歩……60分

**虫掛休憩所→土浦** むしかけ→つちうら 3.7km  
 車の多い道路と交わる所は、充分に気をつけて走りましょう。

自転車……20分  
 徒歩……60分

風になって走る道…

**つくばいんりんロード**

0 1 2 2.5 3 4 5 km

1:70,000

※地図中D内は豊原のりんりんロードからの距離と、自転車での所要時間、自転車の場合およそ12km/時、徒歩の場合およそ4km/時

トイレ 商店 コンビニ 飲食店 売店

