



名取市で、海も!山も! グルメも絶景も 全部楽しもう!

名取市サイクルスポーツセンターを起点に
名取市の魅力を満喫できる4コース。
空港を楽しんだりカフェでゆったりしたり、
海を眺めながらサイクリングを楽しんだり。
グループで、カップルで、もちろん一人でも、
サイクリングを楽しもう!

- 1 閑上りんりんサイクリングコース**
YURIAGE RINRIN CYCLING COURSE
- 2 海沿いポタリングコース**
UMIZOI POTTERING COURSE
- 3 田園ミニクライムコース**
DEN-EN MINI CLIMB COURSE
- 4 名取周遊チャレンジコース**
NATORI ROUND TRIP CHALLENGE COURSE

サイクリングを楽しむために

- 道路交通法などの関係法令を遵守して、安全に走行しましょう。
- サイクリングは自分の体力と体調をよく見極めて、自分のペースで無理をせずに走りましょう。
- 自転車はブレーキ、タイヤ空気圧、ギア、反射板などを点検・整備されたものに乗ります。また、ヘルメット、グローブ、ライト等は必ず装着しましょう。
- サイクリング中はこまめに水分補給をしましょう。また、長距離を走る場合は携行食でエネルギーを補給しながら走りましょう。
- コースは気象条件や工事等、その時々状況により通行止めや迂回が必要な場合もありますのでご了承ください。



1 名取市サイクルスポーツセンター
東北唯一のサイクリング専用施設。最新のスポーツバイクからおもしろ自転車まで種類豊富に揃い、サイクル初心者から上級者まで幅広くご利用いただけます。宿泊施設、温泉施設、レストランも併設。
● 定休日 水曜(夏休み期間を除く)



2 ゆりあげ港朝市
赤貝やしらすが水揚げされる閑上漁港近くで、日・祝祭日に開かれる「ゆりあげ港朝市」。朝早くから営業しているので、サイクリングの前後に立ち寄るうれしいスポット。
● 営業時間 6:00-13:00 / 日曜・祝日のみ開催。
● 定休日 店舗による



3 かわまちてらす閑上
名取川と仙台市街を望む高台にあるリバーサイドスポット。食堂やカフェはもちろん、海産物、スイーツ店が軒を連ねます。お食事に、休憩に、サイクリストにも人気のスポットです。
● 定休日 店舗による

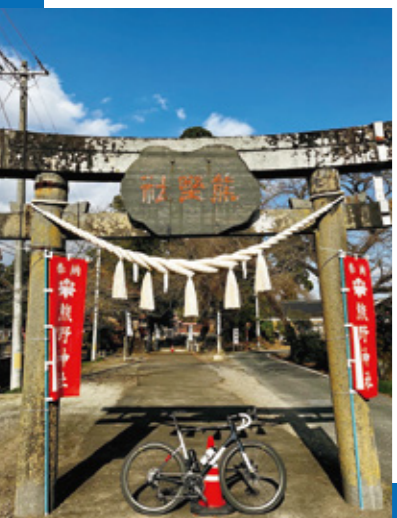


4 名取熊野三社めぐり
(熊野本宮社/熊野神社/熊野那智神社)
全国で唯一、三社が勧請された名取。東北の熊野信仰の中心地を自転車めぐってみませんか?



サイクルラックのある飲食店

- | | |
|--------------------------------------|----------------------------------|
| 1 café malta | 9 Mellow Day COFFEE (メロウデイコーヒー) |
| 2 甘仙堂 | 10 ag:re bread+café (アグリブレッドカフェ) |
| 3 COFFEE & SESSION PABLO | 11 高館食道 水神蕎麦 |
| 4 牛タン炭焼き 利久 名取店 | 12 コーヒー焙煎 & café フリゴレス |
| 5 ビクトリーカフェ | 13 天然だしラーメン 潮の音 |
| 6 ハンバーグレストラン HACHI 名取本店 | 14 農家食堂 神明そば 慶 |
| 7 Gelateria Natu-Lino (ジェラテリア ナチュリノ) | 15 閑上ボンズ コーヒーワークス |
| 8 シチノカフェ | 16 佐々木酒造店 |



みろ 1 閑上りんりんサイクリングコース

COURSE YURIAGE RINRIN CYCLING COURSE

約7km 時間:30分 獲得標高:38m



ルートを確認 /

google

STRAVA

初心者向け ★☆☆☆☆

名取市サイクルスポーツセンターから閑上をお散歩するサイクリングコース。サイクリング初心者の方や、親子でもゆったり楽しめます。

- 1** **名取市サイクルスポーツセンター**
最新のスポーツバイクからおもしろ自転車まで種類豊富に揃う他、温泉施設、レストランも併設。
- 2** **café malta**
しらす屋さんが直営するカフェレストラン。うれしい「追いしらす」サービスも。
- 3** **かわまちてらす閑上**
名取川と仙台市街を望む高台のリバーサイドスポット。飲食店や海産物、スイーツ店が軒を連ねます。
- 4** **名取市震災復興伝承館**
東日本大震災の記憶及び教訓を世界各地で後世に伝承し、防災意識を醸成していくことを目的とした施設です。



みろ 3 田園ミニクライムコース

COURSE DEN-EN MINI CLIMB COURSE

約30km 時間:2時間 獲得標高:140m



ルートを確認 /

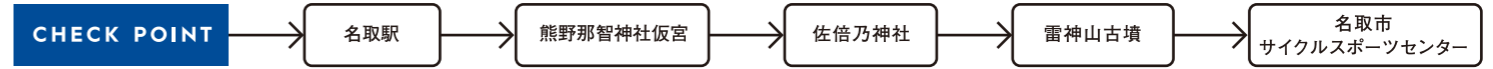
google

STRAVA

中級者向け ★★★★★

名取市中心部から田園地帯と山沿いのミニクライムを組み合わせたルート。ちょっと頑張ってみたい方の練習にはもってこいのコースです。

- 1** **ag:re bread+café (アグリブレッドカフェ)**
「ブルーベリー農園」内にある隠れ家的「ベーカリー」と「カフェ」。
- 2** **佐倍乃神社 (道祖神社)**
「日本書紀」にまつわる神社であり、猿田彦神、天鈿女命が祭神として祀られています。
- 3** **雷神山古墳**
東北最大規模を誇る、前方後円墳で、国指定の記念物史跡となっています。
- 4** **Gelateria Natu-Lino**
牛乳、果物や野菜、お米など、地元の新鮮素材を使った、濃厚でなめらかなジェラート。



みろ 2 海沿いポタリングコース

COURSE UMIZOI POTTERING COURSE

約20km 時間:1時間 獲得標高:55m



ルートを確認 /

google

STRAVA

初級～中級者向け ★★★★★

サイクルスポーツセンター～閑上朝市を起点に、海岸沿いの堤防道路を走り、仙台空港まで足を延ばす気持ちいいポタリングコースです。沿線の休憩スポットや飛行機の離発着も楽しみのひとつ。

- 1** **ゆりあげ港朝市**
赤貝やしらすなどが水揚げされる閑上漁港近くで、日・祝祭日に開かれる「ゆりあげ港朝市」。メイプル館は平日も営業。
- 2** **みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター**
みちのく潮風トレイルを歩く上で必要な情報や、「ロングトレイル」と「歩く文化」を発信する施設です。
- 3** **北釜防災公園**
飛行機の離発着が間近で見ることが出来る公園。遊具もあり家族連れ、航空ファンでにぎわいます。
- 4** **仙台空港**
サイクリングポートでは、自転車の組立や解体・整備に必要な工具の貸出や、輸送箱を保管できる大型専用ロッカーも完備。



みろ 4 名取周遊チャレンジコース

COURSE NATORI ROUND TRIP CHALLENGE COURSE

約64km 時間:3時間 獲得標高:620m



ルートを確認 /

google

STRAVA

上級者向け ★★★★★

仙台空港から愛島台へのヒルクライム、地元のトレーニングコースとしても愛されている樽水ダム、歴史ある那智熊野神社へのヒルクライムをこなして、帰りは名取川岸を軽快に河口までひた走る、海から山まで名取市全域を走るフルコースルート。

- 1** **樽水ダム**
市民の水がめとして昭和51年に完成。ヒルクライムルートであり、村田方面へも抜けることができます。
- 2** **高館食道水神蕎麦**
コシと弾力のある蕎麦は、香りと歯ごたえが自慢。蕎麦はお好みの量と付け合わせを選べます。
- 3** **熊野那智神社**
名取市街を一望する高館山の山頂にある神社。ヒルクライムのゴール地点としても人気のスポット。
- 4** **コーヒー焙煎&café フリゴレス**
40種類以上の生豆を、注文を受けてから焙煎する本格派コーヒーショップ。

