

つくば～朝日峠～石岡サイクリング

令和2年11月1日(日) 晴 CANNONDALE SYNAPSE CARBON UL TEGRA 岩田



朝日峠駐車場より関東平野を望む

石岡市郊外より筑波山を望む

記録： 9:00TX つくば駅 標高 25m→桜川 栄利橋 2m→9:39～52 小町の里 12.66 km 40 m→10:24 表筑波スカイライン・フルーツライン分岐→10:26～52 朝日峠駐車場 17.78 km 308 m→茨城県フラワーパーク 30m→12:24 加波山神社 39.50 km 46m→12:38～52 恋瀬の里 41.51 km→12:58～13:08 善光寺楼門 42.69 km 70m→13:38 ギター文化館 50.76 km→14:23～50 常陸国総社宮 61.85 km 20m→14:56JR 石岡駅 63.32 km 20m

合計 5 時間 56 分 実走 3 時間 57 分 42 秒 63.32 km 平均速度 15.9 km/h 最高速度 37.0 km/h 標高差 306m (サイクルメーターよりのデータ、各距離は累積距離、青字は標高)

感想： 秋晴れの空のもと、つくばエクスプレスの終着駅つくば駅から表筑波スカイラインの南端にある朝日峠を越えて JR 常磐線石岡駅まで約 63km のサイクリングを楽しんだ。

つくば駅を出発した時は気温 9 度と肌寒く感じたが漕ぐにつれやがて汗ばみ、りんりんロードを横切り、約 12km、40 分で山麓にある小野小町伝説が残っている土浦市小町の館へ着いた。ここで一休み後、8 年前に開通した朝日トンネルの南側の信号を過ぎて、いよいよ朝日峠への登りとなる。

朝日峠は不動峠の一本南側に位置する峠で、標高差約 300mの坂道をひたすら我慢し 30 分上り続けると尾根に出て、表筑波スカイラインとフルーツラインの分岐となる。スカイラインを 2～3 分走ると朝日峠駐車場に着いた。

朝日峠駐車場からは少し霞んでいたが関東平野を一望できた。スポーツカーが 10 台ぐらいずらりと並び、走り屋風の人達や 5～6 人のサイクリスト達が休んでいた。

少し戻り朝日峠の分岐をフルーツラインへ坂道を下って行った。茨城県フラワーパーク前を通り、途中少し脇道に入ったり迷ったりし、フルーツラインを北へ朝日峠から約 20km 走り、加波山山麓にある加波山神社に寄った。さらに北に 3 km離れた善光寺楼門(仁王門)を見学した。国指定重要文化財に指定されている室町時代の貴重な木造茅葺建築だ。

石岡市街に向かう途中の丘陵地帯にある新道に 8%勾配の交通標識が 2カ所あり、小さなアップダウンを繰り返した。最後に、石岡駅近くにある常陸国総社宮に参拝した。ここでは夕方から始まる菊祭り総社園遊会オンラインお囃子ライブの準備中であった。今日は峠越えのヒルクライムあり、秋深まりゆく郊外のツーリングあり、そして参拝ありと充実したサイクリングの一日であった。



つくば~朝日峠~石岡サイクリング

イベントタイプ: ツーリング ▼ ギア: 追加

♡ 0 ✎ ★ 🔒 ⚙️

64.08 km

距離

10.7 kph

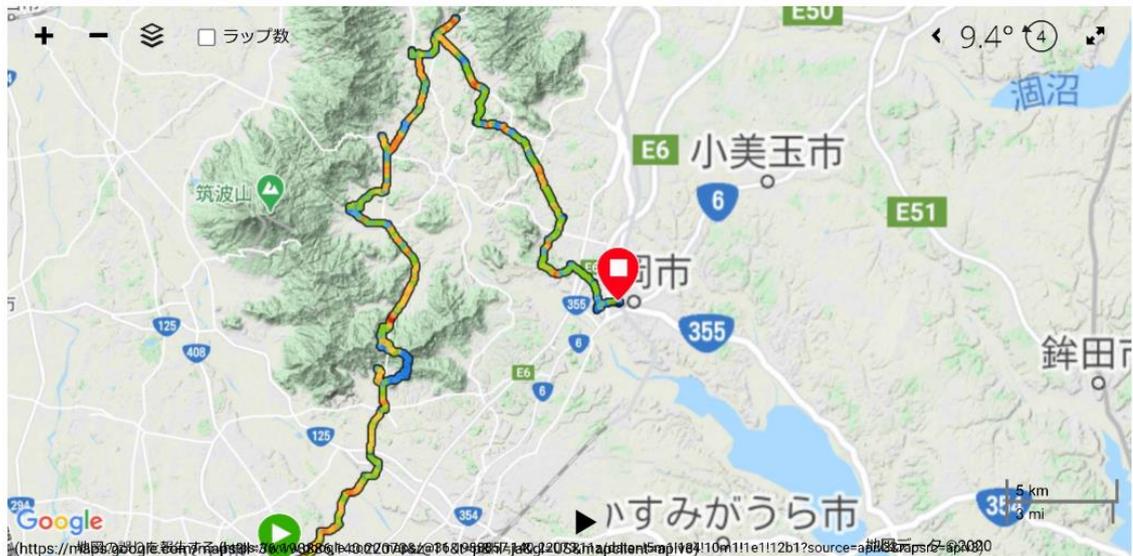
平均速度

5:59:14

タイム

728 m

高度上昇



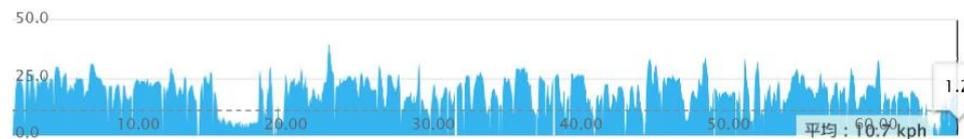
チャートのカスタマイズ ▼

タイム 距離

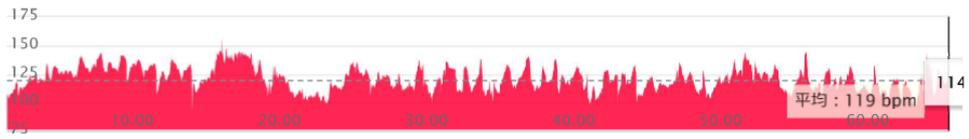
高度



速度



心拍数



統計 ラップ数 各ゾーンの時間

距離

64.08 km

距離

カロリー

1,511 C

カロリー

自己評価



標準

どのように感じましたか？

4/10 ややハード

自分が感じた運動量

心拍数

bpm 最大 (%) ゾーン

119 bpm

平均心拍数

156 bpm

最大心拍数

タイミング

ペース 速度

5:59:14

タイム

4:23:56

移動時間

5:59:14

経過時間

10.7 kph

平均速度

14.6 kph

平均移動速度

39.4 kph

最高速度

高度

728 m

高度上昇

739 m

高度下降

2 m

最低高度

308 m

最高高度



善光寺楼門→

以上