

## マウンテンバイク

	2010年	2009年	2008年		1998年	1994年	1993年
	10月5日	3月17日	6月24日	4月22日	4月8日	5月30日	9月27日
須磨浦P	3:45	4:00	4:00	4:00	4:20	4:00	3:50
馬の背							
高取山	5:31	5:45	5:50	6:05	6:15	6:20	6:25
菊水山	6:36	6:55	6:53	7:05	7:20	7:21	7:24
鍋蓋山	7:13	7:34	7:35	7:45	7:59	8:06	8:06
掬星台	8:36	8:54	9:01	9:00	9:17	9:46	9:24
一軒茶屋	9:32	10:00	10:13	10:10	10:25	10:57	10:30
東縦走路入口							
塩尾寺	10:40	11:07	11:18	11:20	11:33	12:07	11:41
折り返し	塩尾寺	塩尾寺	塩尾寺	塩尾寺	塩尾寺	宝塚駅	宝塚駅
東縦走路入口							
1軒茶屋	12:28	13:03	13:11	13:25	13:25	15:00	14:29
掬星台	13:12	13:52	14:05	14:15	14:32	15:59	15:25
鍋蓋山	14:36	15:18	15:34	15:55	15:54	17:28	
菊水山	15:23	16:05	16:18	17:00	16:35	18:16	18:00
高取山	16:29	17:12	17:26	18:00	17:42	19:59	
馬の背							
須磨浦P	18:39	19:20	19:30	20:30	19:51	23:00	22:26
往路	6h55	7h07	7h18	7h25	7h13	8h14	8h00
復路	7h59	8h13	8h12	9h05	8h18	10h46	10h36
往復時間	14h54	15h20	15h30	16h30	15h31	19h00	18h36
メモ						<a href="#">ファンライド 取材</a>	
ブログ	<a href="#">URL</a>	<a href="#">URL</a>	<a href="#">URL</a>	<a href="#">URL</a>			
通算回数	7	6	5	4	3	2	1