

(1) 在高速公路上骑行!日本最大规模的骑行大会

九座各具特色的跨海大桥连接着濑户内海岛屿,以此作为舞台享受畅快淋漓的骑行。所有线路都包含平时无法骑行的西濑户机动车道(濑户内岛波海道)。这就是“Cycling Shimanami 2026”,可以在高速公路上骑行的日本最大规模骑行大会。



(2) 在世界级骑行路线上,体验一场国际骑行盛宴

在日本“国家骑行路线”之一,极具日本特色的世界级骑行路线——“濑户内岛波海道”上,感受一场来自全球7000名参赛者参加的国际骑行大会。跨越星罗棋布于平静海面上的濑户内岛屿,风景秀丽的“濑户内岛波海道”骑行路线被誉为“骑行者的圣地”。

(3) 讲究的线路安排,让您充分感受岛波海道的魅力

“Cycling Shimanami 2026”的一大魅力,就在于无论参加者选择哪条骑行路线,都能感受到几乎贯穿濑户内海国立公园正中央的海道绝景。我们根据不同的体力和喜好安排了8条路线,包括往返“濑户内岛波海道”的长距离路线,从今治到尾道的畅快中距离路线,自行车搭配轮渡的跨海路线,以及新手与亲子家庭也能一同畅游的欢乐路线等。



(4) 在濑户内海岛屿,体验专属于此的待客之道

在濑户内海特有的潮汐变化和群岛之美中,每座岛屿都传承了其独特的历史文化,当然也少不了在丰饶自然环境中孕育出的濑户内美食文化。然而最令人感动的,还是在骑行时,无论在补给站还是路旁,都能收到来自岛民的加油鼓劲声,体验一场濑户内群岛独有的盛情款待。

交通管制



2026年
10月25日(周日)

西濑户自动车道(濑户内岛波海道) 上下线[全线禁止通行]
今治收费站⇌因岛北收费站 6:00~12:40(6小时40分钟)
因岛北收费站⇌尾道大桥出入口 6:00~10:00(4小时)

另外,今治市内,向岛,因岛内的部分一般道路也将施行交通管制。

※新尾道大桥无法通行、尾道大桥可通行

报到方式: 停车场·随身行李寄存的申请方式 ※请在报名时提出申请。行李寄存费会算在报名手续费中。

● 报到方式

- 在大会前一天进行参加者报到
- 可以代为报到,但须提前准备好相关材料
- 请前往报名时选择的会场(尾道、今治、松山)进行报道。
- ※不可在未选择的会场报道。

● 停车场

- 大会当天的停车场必须提前预定
- 停车许可证只会发放给申请者

● 行李寄存(事先申请·付费)

- 在当日的出发会场寄存行李 ※寄存行李的大小,必须能够装入前一天受理时配发的指定行李袋中(预计尺寸:460*390*100mm)
- 在各线路的终点站领取行李 ※因交通状况等原因,行李可能延迟到达。*当日寄存请注意截止时间。

如何申请参加交通(接驳车、自行车列车、接驳船)

请在面向参加者的申请专用网页上申请。申请期限:[6月中旬~7月下旬(预计)]

请注意 ◎当天不进行售卖。如您希望使用,请一定在期限内提出申请。

● 开始前的交通 ※运行路线可能会发生变化。

接驳巴士(事先申请(付费))	自行车列车(事先申请(付费))	接驳船(事先申请(付费))
我们将开通从各基地前往出发会场的接驳巴士。(含卡车运送自行车服务) ①自行车需在大会前一天存至专用会场(采用专用纸箱) ②大会当日在接驳巴士下车点交付自行车 ※大会当日仅限人员运送 [运行路线] 当天 尾道→今治 当天 福山→今治 当天 松山→今治 当天 今治→尾道	我们将临时开通“自行车列车”,可以直接将自行车带入列车厢内。 [运行路线] 当天 JR松山站↔JR今治站 当天 JR福山站↔JR尾道站	我们将开通从上岛(弓削港)到今治港的临时接驳船。 [运行路线] 当天 上岛→今治

● 结束后的交通 ※运行路线可能会发生变化。

接驳巴士(事先申请(付费))	接驳船(事先申请(付费))
我们将开通从各终点会场前往各基地的接驳巴士。(含卡车运送自行车服务) ①大会当天结束后,可在接驳巴士上车点寄存自行车。(采用专用纸箱) ②自行车将在下车时交还 [运行路线] 当天 今治→尾道 当天 今治→松山 当天 尾道→今治	我们将开通从上岛终点会场(弓削港)到今治港的临时接驳船。 [运行路线] 当天 上岛→今治

注意事项

「Cycling Shimanami 2026」是在获得了特别许可之后才能在高速公路等地进行骑行的活动。违规行为可能会导致大会终止或禁止骑行等情况。请您务必仔细阅读并遵守大会规则。

【基本骑行规则】

- 本大会不是竞争排名或时间的比赛。请一定遵守相关法律法规,并服从线路及各会场中工作人员和警察、警卫人员的指示。
- 请在活动前自行确认好骑行路径,包括行程路线、分岔口、补给站、检查站以及时间限制等。

【在高速公路上的骑行规则】

- 因为高速公路在建筑结构上不是为骑行而修建的,为了您的安全,请勿进入交通警示锥的划分区域。主办方会采取必要安全措施保障您的安全,参加者自身在骑行时也请务必注意安全驾驶。
- 为避免接触外墙或从路肩跌落,请驾车靠近道路中心而不是路边。
- 下行线(往今治方向)为紧急车辆通行路线,禁止进入。
- 事故等不得已情况除外,禁止在高速公路主道停车。禁止在高速公路主道上停下来拍照。

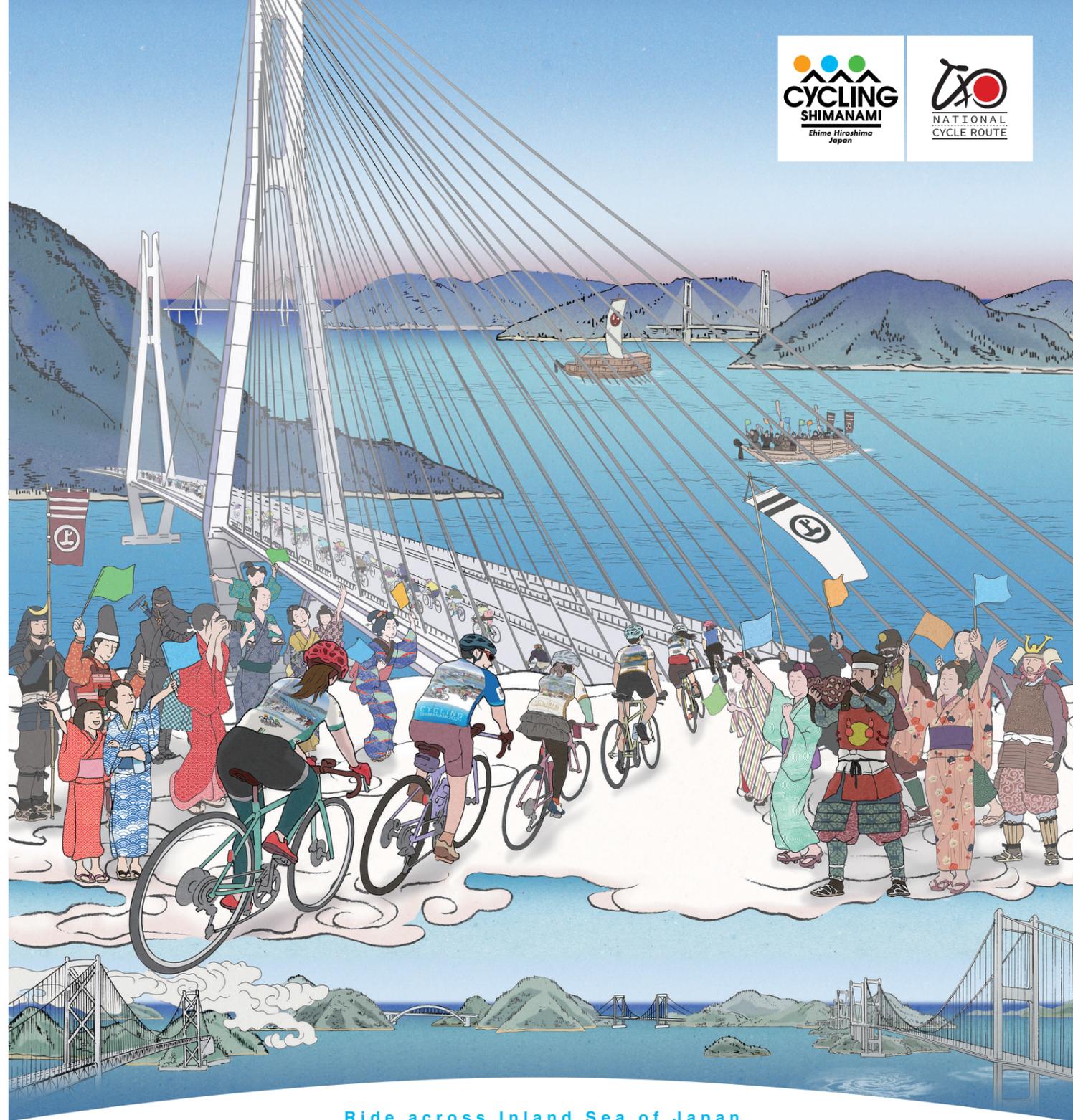
【自行车故障】

- 如果自行车在骑行过程中发生故障,请参赛者自行修理。工作人员会在起点会场和终点会场提供维修服务,可是如需更换零件时要另行收费。

使用高速公路时的三项重要提醒



请遵守相关法律法规



Ride across Inland Sea of Japan
濑户内岛波海道国际骑行大会

CYCLING SHIMANAMI 2026

2026.10.25 SUN

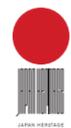
以高速公路与濑户内岛屿为舞台的骑行大会

- 日期: [报到日期]2026年10月24日(周六) [举办日]2026年10月25日(周日)
- 路线: 濑户内岛波海道及其周边地区/约30km~140km 共8条路线
[起点] 濑户内岛波海道 今治IC / 来岛海峡SA(今治市)
濑户内岛波海道 向岛IC(尾道市)
[终点] 广小路(今治市区)(今治市)
向岛运动公园(尾道市)、弓削港(上岛町)

- 主办方: Cycling Shimanami 执行委员会
- 报名期间: [贵宾名额]4月13日(周一)~5月18日(周一)(采取先后来后到原则,名额有限)(尊享大礼包:优先出发权+限定款骑行服+当地特产等)
[一般名额]4月13日(周一)~5月18日(周一)(抽签)

- 报名方式: 报名专用网站
- 名额限定: 7,000名
- 活动形式: 本活动非竞赛,旨在让参加者充分体验骑行的乐趣。*本信息截至2026年3月。最新信息请通过大会官网确认。

报名咨询处	Cycling Shimanami 2026 报名中心 TEL: +81-570-038900 受理时间: 10:00~17:00(周六·日、节假日除外)
大会咨询处	Cycling Shimanami 执行委员会 今治当地本部 TEL: 0898-23-3055 受理时间: 9:00~17:00(周六·日、节假日除外) 邮箱: ima-soumu@pref.ehime.lg.jp
大会官网	接待处和会议地点的访问信息将依次更新。 https://cycling-shimanami.jp/zhen/



Cycling Shimanami 2026 募集概要

会议时间可能会发生变化。
请务必查看官方网站以获取最新信息。

日程

10月24日(周六) 报到・活动 (报到仅限本日)	[今治・松山・尾道报到会] 参加者报到 (10:00~17:00)	10月25日(周日) 大会当天	[A・B骑行路线 (1,500名)] 首发组集合完成时间/向岛运动公园 6:15 (案) [C~G骑行路线 (4,500名)] 首发组集合完成时间/今治收费站 7:15 (案) [H 骑行路线 (1,000名)] 首发组集合完成时间/来岛海峡SA 9:00 (案)
--	---	----------------------------------	--

招募详情

路线	骑行距离 (高速公路)	名额 (贵宾名额)	参加费 (贵宾名额) (※中小学生)	车型	起点 终点	中途补给站	时间限制	
A	从尾道一路南行,纵贯濠户内海的单程路线 ~向南驰骋,穿越濠户内岛波海道~ IMABARI 70 尾道(向岛)→今治(单程)	约70km (约23km)	1,250名 (125名)	22,000日元 (46,000日元)	运动自行车	向岛收费站 广小路	3个	5小时以内
B	从尾道出发,环绕岛波(Shimanami)・梦岛(Yumeshima) 五岛的往返路线~可尽情享受尾道・上岛众多岛屿的美景~ INNOSHIMA 70 尾道(向岛)↔上岛(岩城岛)(往返)	约70km (约17km)	250名 (25名)	19,000日元 (43,000日元)	运动自行车	向岛收费站 向岛运动公园	3个	6小时以内
C	越骑越劲的长距离路线 ~周游列岛,驰骋岛屿~ AROUND OMISHIMA 100 今治↔大三岛周游(往返)	约100km (约30km)	1,250名 (125名)	20,000日元 (44,000日元)	运动自行车	今治收费站 广小路	4个	7小时30分钟内
D	纵贯濠户内海的往返路线 ~尽享濠户内岛波海道魅力~ COMPLETE SHIMANAMI 140 今治↔尾道(向岛)(往返)	约140km (约43km)	500名 (50名)	28,000日元 (52,000日元)	运动自行车	今治收费站 广小路	6个	8小时以内
E	从今治一路北行,纵贯濠户内海的单程路线 ~向北驰骋,穿越岛波~ ONOMICHI 65 今治→尾道(向岛)(单程)	约65km (约43km)	1,000名 (100名)	22,000日元 (46,000日元)	运动自行车	今治收费站 向岛运动公园	2个	4小时30分钟内
F	适合进阶的中级路线 ~驰骋岛屿~ OMISHIMA 70 今治↔大三岛折返(往返)	约70km (约30km)	1,250名 (125名)	18,000日元 (42,000日元)	运动自行车	今治收费站 广小路	3个	6小时以内
G	环游8岛,尽享海岛魅力的路线 ~巡游“岛波”与“梦岛”2条海道~ YUMESHIMA 75 今治→上岛(弓削岛)(单程)	约75km (约35km)	500名 (50名)	19,000日元 (43,000日元)	运动自行车	今治收费站 弓削港	3个	6小时以内
H	新手与亲子家庭也能一同畅游的享乐路线 ~在来岛海峡大桥上体验绝佳景致~ OSHIMA 30 今治↔大岛(往返)	约30km (约12km)	1,000名 (100名)	8,000日元 (32,000日元) (※4,000日元) (28,000日元)	运动自行车 轻快自行车 双人自行车	来岛海峡SA 广小路	1个	4小时以内

※报名者除了需支付参加费之外,还需支付手续费。报名完成后若取消报名,则已支付的报名费不予退还,敬请谅解。
※报名时请务必申报骑行全程大致所需的时间(包括在补给站休息的时间)。请根据个人骑行经历预估完成时间、完成申报。
※报名H路线时,请务必申报您的自行车车型。车型详情请参照官网上“指定车辆”一栏。
※双人自行车(H路线)是两人一组的名称。报名费需按2名支付。

参加资格

全路线通用	<ul style="list-style-type: none"> ●身体健康,并能在规定时间内安全骑完全程者 ●遵守执行委员会规定的大会规章制度及车型规定
A B C D E F G 路线	<ul style="list-style-type: none"> ●参加者限高中生及以上,能够独立骑行,并且有过同等距离骑行经验的人。
H 路线	<ul style="list-style-type: none"> ●参加者限小学四年级及以上,能够独立骑行的人。小学生和初中生需要有监护人或带领人的同行。 (须在活动前提交含有监护人或带领人同意的承诺书)

报名期间・报名方式

※仅能从报名专用网站进行报名。※根据报名情况可能进行2次招募。

贵宾名额 (全路线)	按报名先后 顺序	期间: 4月13日(周一)20:00~5月18日(周一)23:59 [尊享大礼包: 优先出发权+限定款骑行服+当地特产等] 报名按先后顺序,定员为止。请在报名时完成参加费和报名手续费的支付。
普通名额 (全路线)	抽签	期间: 4月13日(周一)20:00~5月18日(周一)23:59 个人报名或5名以内的团体报名 无论报名是否成功,我们都将于6月上旬以邮件方式告知您抽签结果。 抽中的报名者,请于指定日期前支付参加费和报名手续费。

报名时的注意事项

- 参赛权无法转让。即使是输入错误,提交的姓名等也将无法变更。
- 报名时可能因网速原因,出现无法报名或报名延迟的现象。
- 如因天气状况、违反规则、迟到、生病等非主办方原因而导致的大会中止或无法参加的情况,恕不退还参加费。

▶ 请参主页了解大会规则和关于车辆种类的规定



路线图介绍



各线路的过关时间・终点关闭时间 (暂定)

如果没有在规定时间内通过关卡将被视为弃权,并无法继续后续路线。各关卡的关闭时间之后可能发生变更。

路线	出发时间	高速公路最终关门位置(与起点之距离)・高速公路 关卡时限	终点关闭时间(预计) (终点会场)	路线难度
A IMABARI 70 尾道(向岛)→今治(单程)	7:37~	生口岛南收费站入口管制道路 (约17km) ※1 [8:55]	17:00 (广小路)	中级车手
B INNOSHIMA 70 尾道(向岛)↔上岛(岩城岛)(往返)	8:02~	生口岛南收费站入口管制道路 (约17km)	15:45 (向岛运动公园)	中级车手
C AROUND OMISHIMA 100 今治↔大三岛周游(往返)	8:15~	伯方岛收费站 (约23km)	17:00 (广小路)	高级车手 ※行车距离长,过关时间困难。
D COMPLETE SHIMANAMI 140 今治↔尾道(向岛)(往返)	8:35~	濑户田服务区 (约38km)	17:00 (广小路)	高级车手 ※行车距离长,过关时间困难。
E ONOMICHI 65 今治→尾道(向岛)(单程)	8:43~	生口岛南收费站 濑户田服务区 (约35km) (约38km) ※2 [11:05] 11:20	15:45 (向岛运动公园)	中级车手
F OSHIMA 70 今治↔大三岛折返(往返)	8:59~	伯方岛收费站 (约23km)	17:00 (广小路)	中级车手
G YUMESHIMA 75 今治→上岛(弓削岛)(单程)	9:19~	濑户田大巴停车场 (约33km)	16:00 (弓削港)	中级车手
H OSHIMA 30 今治↔大岛(往返)	9:57~		17:00 (广小路)	初级车手

(※1) 于8:55之后到达生口岛南收费站入口管制道路的A线路参加者,将被要求从该管制道路退出高速公路,之后进入普通骑行道路。
(※2) 于11:05之后到达生口岛南收费站的E线路参加者,将被要求从该收费站退出高速公路,之后进入普通骑行道路。

