Cycling

山頂OK（中学生以上）

e-sports bike

2h / 2,000円
4h / 4,000円
1day / 6,000円

阿蘇山頂を目指すなら　適正身長　145cm～190cm

＋

限定オプション

子乗せバギー　1,000円

※2名まで乗車可能
（合計45kg以下、未就学児に限る）

山頂NG（中学生以上）

e-assist bike

2h / 1,000円
4h / 2,000円
1day / 3,000円

乗りやすい
電動ママチャリ

適正身長　128cm～

山頂OK

cross bike

2h / 1,000円
4h / 2,000円
1day / 3,000円

フィットネスや連泊に　適正身長　140cm～190cm

山頂NG（小学生以下）

MTB / kids bike

2h / 　500円
4h / 1,000円
1day / 1,500円

16インチ～ご用意　適正身長　97cm～160cm

※電動アシスト付き自転車のお貸出しは「中学生以上」とさせていただいております。中学生以下のお子様は「kids bike/MTB」をご利用ください。
※1日（1day）の最大利用時間は当日の9:00～17:00までとなります。
※1泊2日、2泊3日のレンタルも承ります。その場合の料金は1day料金×ご利用日数となります。
（例）e-sports bikeを2日間レンタルする場合…6,000円×2日＝12,000円。ご利用は貸出翌日の17:00までとなります。

Trekking

レインウェア（上下）　2days / 1,500円

ジャケット

size / S, M, L, XL

＋

パンツ

size / S, M-S,
L-S, XL-S

子ども用

size / 100～150

トレッキングシューズ　2days / 1,500円

size / 24cm～29cm（男性）
22cm～25cm（女性）

ギアフルセット　2days / 4,000円

- レインウェア（上下）
- バックパック
- ポール
- トレッキングシューズ
- ザックカバー
- ヘッドランプ

※2days（1泊2日）のご利用は、貸出翌日の17:00までとなります。

アクティビティセンター南阿蘇
TEL.0967-67-2222
時間　9:00～17:00
定休　無休(年末年始休業)

〒869-1412
熊本県阿蘇郡南阿蘇村久石2807
（道の駅「あそ望の郷くぎの」内）

レンタサイクルの
ご予約はこちらから▶

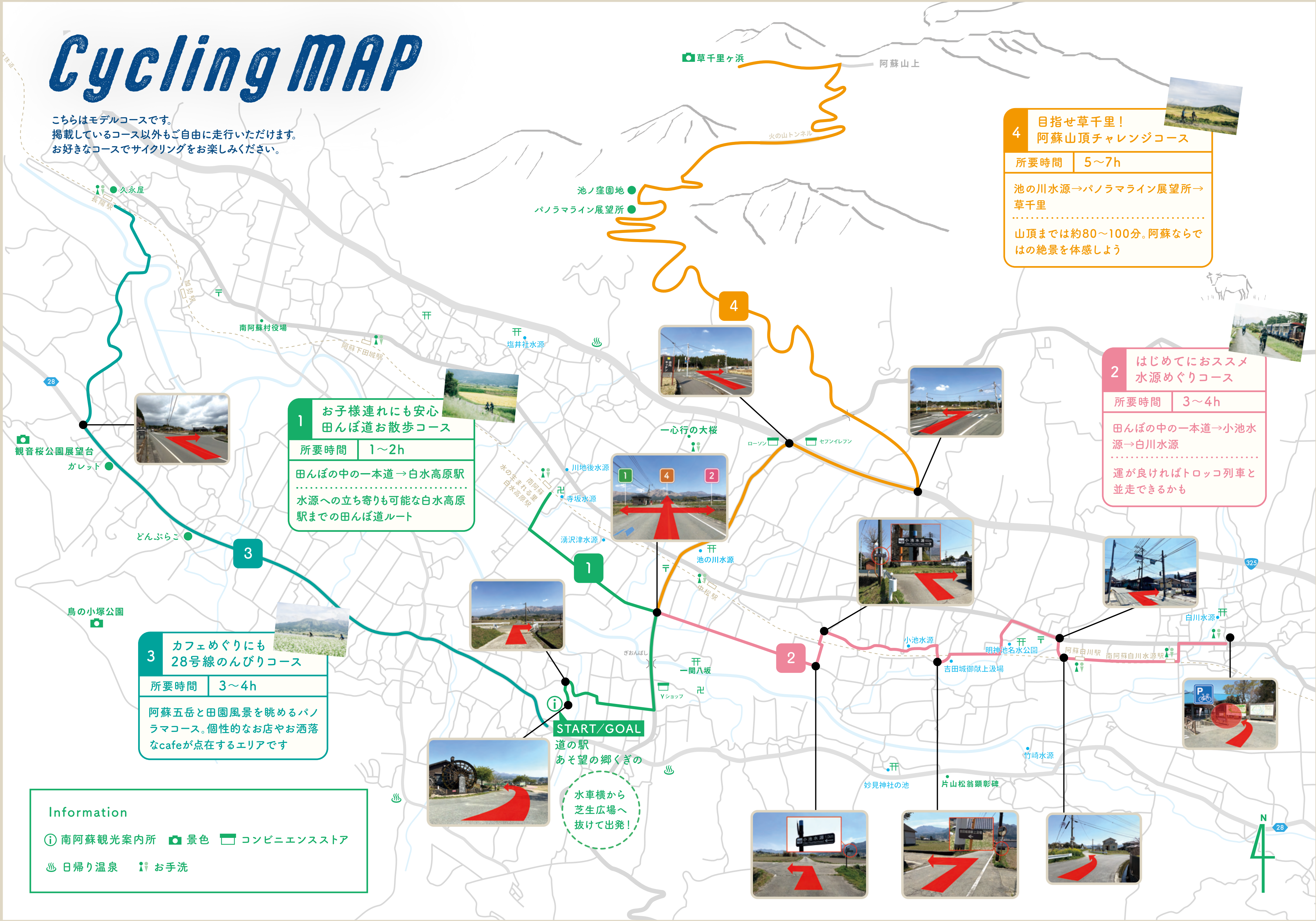
みなみあそ
サイクリングサイト▶

Minamiaso Activity Center

minamiaso
アクティビティセンター
南阿蘇

Cycling MAP

こちらはモデルコースです。
掲載しているコース以外もご自由に走行いただけます。
お好きなコースでサイクリングをお楽しみください。


草千里ヶ浜
阿蘇山上
火の山トンネル
池ノ窪園地
パノラマライン展望所
久永屋
長陽駅
加勢駅
南阿蘇村役場
阿蘇下田城駅
塩井社水源
28
観音桜公園展望台
ガレット
どんぶらこ
鳥の小塚公園
一心行の大桜
ローソン
セブンイレブン
川地後水源
水の生まれる里 南阿蘇 白水高原駅
寺坂水源
湧沢津水源
池の川水源
中松駅
ぎおんばし
一関八坂
Yショップ
START/GOAL
道の駅
あそ望の郷くぎの
小池水源
明神池名水公園
吉田城御献上汲場
阿蘇白川駅
南阿蘇白川水源駅
白川水源
325
竹崎水源
妙見神社の池
片山松翁顕彰碑
N
1
2
3
4

水車横から
芝生広場へ
抜けて出発！

1 お子様連れにも安心 田んぼ道お散歩コース

所要時間	1～2h

田んぼの中の一本道→白水高原駅

水源への立ち寄りも可能な白水高原駅までの田んぼ道ルート

2 はじめてにおススメ 水源めぐりコース

所要時間	3～4h

田んぼの中の一本道→小池水源→白川水源

運が良ければトロッコ列車と並走できるかも

3 カフェめぐりにも 28号線のんびりコース

所要時間	3～4h

阿蘇五岳と田園風景を眺めるパノラマコース。個性的なお店やお洒落なcafeが点在するエリアです

4 目指せ草千里！ 阿蘇山頂チャレンジコース

所要時間	5～7h

池の川水源→パノラマライン展望所→草千里

山頂までは約80～100分。阿蘇ならではの絶景を体感しよう

Information

ⓘ 南阿蘇観光案内所　景色　コンビニエンスストア

♨ 日帰り温泉　お手洗