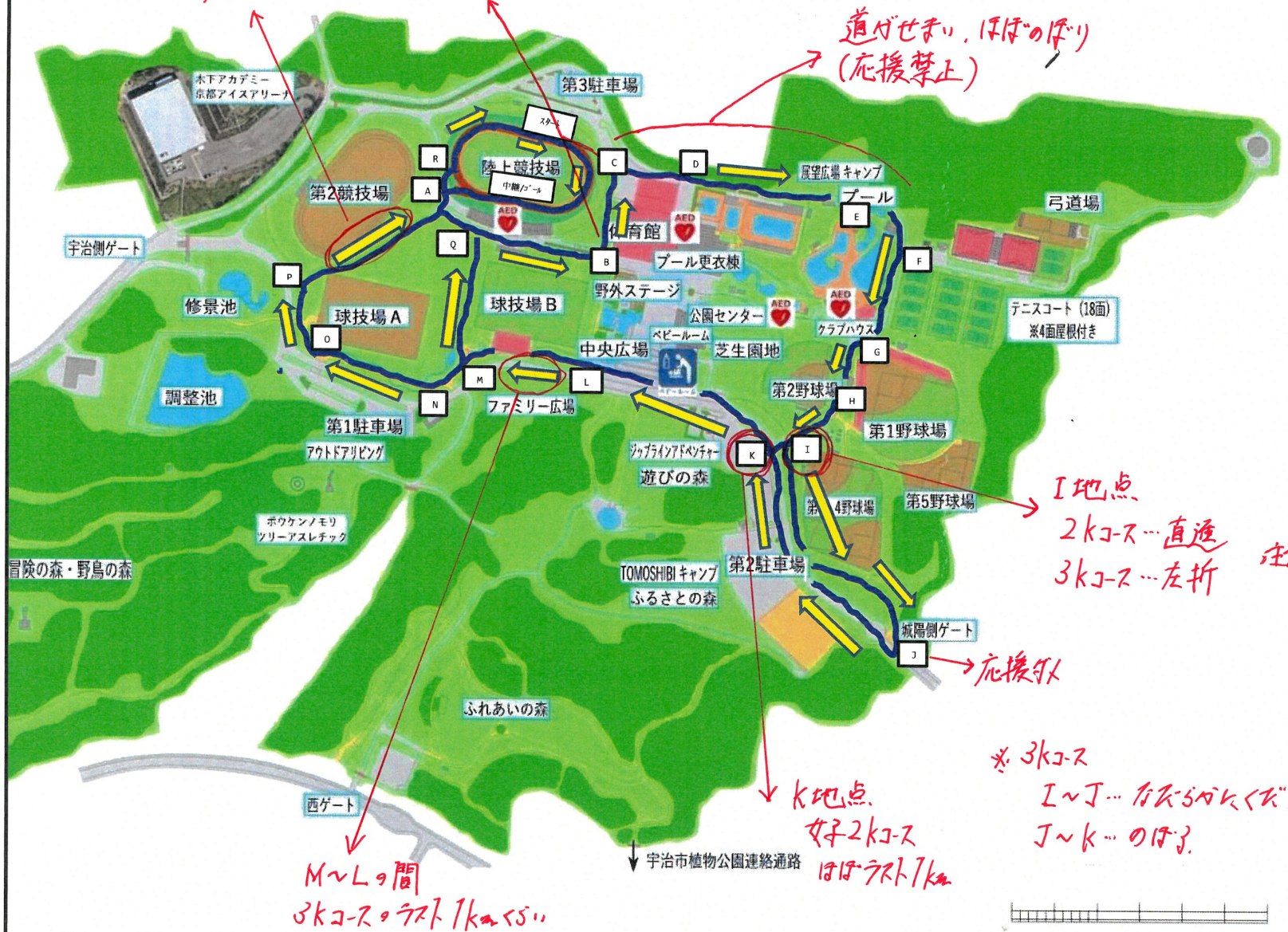
京都府立山城総合運動公園

✲ コースは全体的に道がせまい。
✲ こまかなアップ・ダウンが多数!!

【男子】
◎１区（３．５km）
（競技場内で６００m）
スタート⇒A⇒B⇒C⇒D
⇒E⇒F⇒G⇒H⇒I⇒J
⇒K⇒L⇒M⇒N⇒O⇒P
⇒R⇒中継
◎２区～６区（３．０km）
中継⇒A⇒B⇒C⇒D⇒E
⇒F⇒G⇒H⇒I⇒J⇒K
⇒L⇒M⇒N⇒O⇒P⇒R
⇒中継/ゴール
【女子】
◎１区（３．０km）
（競技場内で６００m）
スタート⇒A⇒B⇒C⇒D
⇒E⇒F⇒G⇒H⇒I⇒K
⇒L⇒M⇒N⇒O⇒P⇒R
⇒中継
◎２区～４区（２．１km）
中継⇒A⇒B⇒C⇒D⇒E
⇒F⇒G⇒H⇒I⇒K⇒L
⇒M⇒Q⇒R⇒中継
◎５区（３．０km）
中継⇒A⇒B⇒C⇒D
⇒E⇒F⇒G⇒H⇒I⇒J
⇒K⇒L⇒M⇒N⇒O⇒P
⇒R⇒ゴール