



# LIGHT COURSE in KONANMACHI

猪苗代湖一周  
サイクルツーリズム

# INAICHI ライトコース in 湖南町

イナイチ全体コース



猪苗代湖

ライト  
コースは  
ココ!

磐梯山を  
望みながら  
**爽快**  
サイクリング!



猪苗代湖を自転車で一周する、通称「イナイチ」。  
一周約60kmのコースはなかなかチャレンジするのが難しい…  
親子、カップル、初めての方でも気軽に楽しめる「イナイチ ライトコース」が誕生しました!

磐梯山



古民家をリノベーションしたシェアオフィス。地域観光の発信拠点。

郡山布引風の高原

馬入新田の水芭蕉

えびな食堂



1 小さなパン屋さん komugi



1 ~ 5 NAVITIMEで表示される立ち寄りスポット

## サイクルステーション

サイクリングの途中で、トイレや食事、水分補給などのために気軽に立ち寄ることができるサイクリストのための休憩スポットです。青いのぼりが目印!

## 湖南町ってどんなところ?

郡山市の最西端、猪苗代湖の南側に位置する湖南町。夏は湖水浴場やキャンプ地として賑わう「湖南七浜」からは、磐梯山を背景に、美しく穏やかに輝く猪苗代湖を一望できます。風力発電用風車がシンボリックな、布引「風の高原」のひまわり畑も、湖南町の人気のスポット。

## サイクリング初心者におすすめ! イナイチライトコース in 湖南町

距離 往復約25km

所要時間 約2時間半

猪苗代湖の湖畔と湖南町内をゆったりと楽しめるコース。湖岸すれすれを走れる箇所では、湖水の透明度に驚かされるはず!運が良ければ、魚が泳ぐ姿を見ることがもできます。お腹が空いたら湖南町の地元グルメがおすすめです。

# イナイチライトを満喫しよう!

サイクリングだけでなく、マリンスポーツなどのアクティビティを楽しむもよし。猪苗代湖の恵みを使ったグルメを堪能するもよし。イナイチライトを通して、猪苗代湖を五感で満喫してみましょ!

## 食べる FOOD

サイクリングで身体を動かした後は、いつもよりおいしく感じられるはず!サイクリストの間で人気のパン屋さんや、がっつりソースカツ丼などなど、お気に入りの地元グルメを探してみてください♪



ボリューム  
たっぷり!

- 1 Cafe 煙突の木**  
耶麻郡猪苗代町大字山湯字湊志田191  
0242-33-4338  
定休日:火・水曜日(祝日は営業)
- 2 小さなパン屋さん komugi**  
郡山市湖南町浜路字中大沢941  
070-2024-4526  
定休日:月・火・水曜日  
※10時開店・売切れ次第終了
- 3 大阪屋**  
郡山市湖南町福良中町76  
024-983-2515  
定休日:火曜日
- 4 えびな食堂**  
郡山市湖南町三代字塚塚565-1  
024-982-3146  
定休日:月曜日
- 5 わかの屋**  
郡山市湖南町福良字台島8596-1  
024-983-2809  
定休日:月曜日



猪苗代湖で楽しめるアクティビティは、サイクリング以外にもたくさん!キャンプやマリンスポーツなど、湖のあそびを楽しんでみては?

### レンタサイクルはコチラ!

● オフィス余白  
郡山市湖南町  
福良中町50-3



● Roots猪苗代  
耶麻郡猪苗代町  
山湯湊志田191



## あそぶ ACTIVITY

## 見る VIEW



猪苗代湖は別名「天鏡湖」ともいうほど、その水質の透明度が高く、美しい湖。雄大な磐梯山はもちろん、四季で移り変わる周辺の大自然も必見!



### NAVITIMEでイナイチライトをもっと快適に

自転車NAVITIME

For iPhone Available on the App Store

For Android GET IT ON Google Play

### 公式インスタグラムはじめました

@inaichi\_cycling  
#イナイチ #inaichi

ハッシュタグをつけて投稿しよう!