ﾂ　ｲ　　　、ｳﾘﾀｸｽ　ﾒｱﾘﾅﾁ

・ｫ・ﾆ・ｴ・　：　｣ｲ｣ｰ｣ｱ｣ｲﾇｯﾅﾙ
_MD_POSTEDONﾅ　ﾆｼﾔ: Kame ｷﾇｺﾜﾆ　2012-12-3

｣ｲ｣ｰ｣ｱ｣ｲﾇｯ｣ｱ｣ｲｷ彭ｲﾆ

ﾁ晥邱　ﾌ

1ｰﾌ｡｡ﾌｾｾ　蹉｡｡1:29:20

2ｰﾌ｡｡ﾃ豬　ﾂ遑｡1:32:50

OP｡｡ﾌｾｾ　蹌｡｡1:32:59

3ｰﾌ｡｡ｰｦｶｵﾂ蹉｡｡1:33:29

OP｡｡ｰｦｶｵﾂ蹌｡｡1:38:07

4ｰﾌ｡｡ﾅ　、ｳﾘﾂ遑｡1:38:46

5ｰﾌ｡｡ｴ　　遑｡1:39:45

6ｰﾌ｡｡ﾌｾﾂ遑｡1:39:54

0P｡｡ｳﾘﾏ｢ｺｮﾀｮ｡｡1:40:23

7ｰﾌ｡｡ｻ　ﾘｴﾛﾂ遑｡1:41:38

ｸﾄｿﾍｷ　ﾌ

》　｣ｱｶ陦ﾊ3.7km｡ﾋ ｣ｲｶ陦ﾊ4.2km｡ﾋ ｣ｳｶ陦ﾊ5.9km｡ﾋ ｣ｴｶ陦ﾊ4.7km｡ﾋ ｣ｵｶ陦ﾊ8.1km｡ﾋ
ﾌｾﾂ　　ﾎ　ﾚ｡｡ｰ｡ﾍｳｻﾒ(3) ｸﾅﾅﾄ｡｡ﾍｴｰ　3) ﾅﾏﾊﾕ｡｡､讀煕ｫ(1) ﾊﾂｾｾ｡｡ﾍ｣ﾆ　1) ﾈ　遙｡ﾍ　ﾊ　2)
11:22｡ﾊ1ｰﾌ｡ﾋ 16:12｡ﾊ5ｰﾌ｡ﾋ 22:06｡ﾊ7ｰﾌ｡ﾋ 19:15｡ﾊ7ｰﾌ｡ﾋ 30:59｡ﾊ6ｰﾌ｡ﾋ　　ｾﾜ､ｷ､ｯ､ﾏ､ｳ､ﾁ､　　､　ｴ
ﾍ　ｯ､ﾀ､ｵ､､｡｣