เพลิดเพลินไปกับพื้นที่ในแต่ละ "เซกชัน"

ขอเสนอการแบ่งเขต (เซกชัน) ที่เราแนะนำตามระยะทางที่คาดคะเนว่าสามารถเดินทางได้ภายในหนึ่งวัน!
แสตมป์บุ๊คที่ออกแบบโดย ยาสุนาริ มูราคามิ ให้คุณได้สะสมแสตมป์ของแต่ละเขตก็มีจำหน่ายเช่นกัน ดูรายละเอียดได้ที่เว็บไซต์

北F ทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึ→ทะเลแห่งป่าไม้→ช่องเขาโฮโระชิคะ→นูคาบิระ

ไปชายฝั่งทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึอันงดงามและทะเลแห่งป่าไม้

ระดับกลาง★★

ปลามิยาเบะหลังสีน้ำเงินที่อาศัยอยู่ในทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึ ชมทิวทัศน์ของภูเยาคุจิบิรุที่กำลังส่งรอยยิ้มให้คุณ

Ride with GPS

ศูนย์ธรรมชาติทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึ

ช่องเขาโฮโระชิคะ

สวนริมทะเลสาบนูคาบิระ

MIYABEIWANA
北F 400

北E โอบิฮิโระ→โอโตฟุเกะ→ชิคาโออิ→ช่องเขาชิราคาบะ→ทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึ

ภูมิทัศน์ของท้องทุ่งนาและพืชทางการเกษตรจะเปลี่ยนแปลงไปตามระดับความสูงที่สูงขึ้นไปจากเขตเมือง เมื่อมองเห็นทัศนียภาพของโทคาจิจากช่องเขาชิราคาบะก็จะมองเห็นทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึปรากฏอย่างงดงามน่าทึ่ง

ระดับกลาง★★

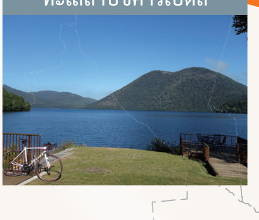
ทัศนียภาพของที่ราบโทคาจิจากช่องเขาชิราคาบะอาจจะมองเห็นปิก้า (สัตว์ในกลุ่มกระต่าย) ที่ผลุบโผล่อยู่ตามโขดหิน

Ride with GPS

NAKIUSAGI
北E 400

แนวต้นชิราคาบะ

สถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะ นัตสึโซระโนะ ฟุรุซาโตะ


ทะเลสาบชิคาริเบ็ตสึ

南A โอบิฮิโระ→มาคุเบ็ตสึ→สนามบินโทคาจิโอบิฮิโระ→นาคาซัตสึไน→ซาราเบ็ตสึ

ระดับเริ่มต้น★

จากใจกลางเมืองข้ามเนินเขามุ่งไปยังภูมิทัศน์การเกษตรกรรมที่แผ่ขยายอยู่เบื้องหน้า เครื่องบินที่บินขึ้นลงที่สนามบินโอบิฮิโระก็เป็นส่วนหนึ่งของทัศนียภาพด้วยเช่นกัน

สีเขียวและสีน้ำตาลที่ปะติดปะต่อกันเป็นแผ่นกว้างใหญ่แผ่ขยายให้ชมอยู่เบื้องล่าง "โอ้ ไม่ได้เจอกันนานเลยนะ!"

Ride with GPS

BIG SKY
南A 400

สวนมานาเบะ

สนามบินโทคาจิโอบิฮิโระ

สถานที่พักริมทางนาคาซัตสึไน

南B ซาราเบ็ตสึ→จูรุอิ→ไทคิ→บันเซ (ออนเซ็น)

ระดับกลาง★★

จากที่ราบสูงมุ่งไปยังชายทะเลไปสู่ภูมิทัศน์การเกษตรกรรม เมื่อไปทางทิศใต้เข้าใกล้แนวชายฝั่งก็จะพบกับการเปลี่ยนแปลงไปของพืชพรรณ

แม่น้ำไหลผ่านดินแดนแห่งช้างเนามานที่นอนหลับไหล ลมทะเลพัดสู่แม่น้ำเรกิฟุเนะที่เชี่ยวกราก

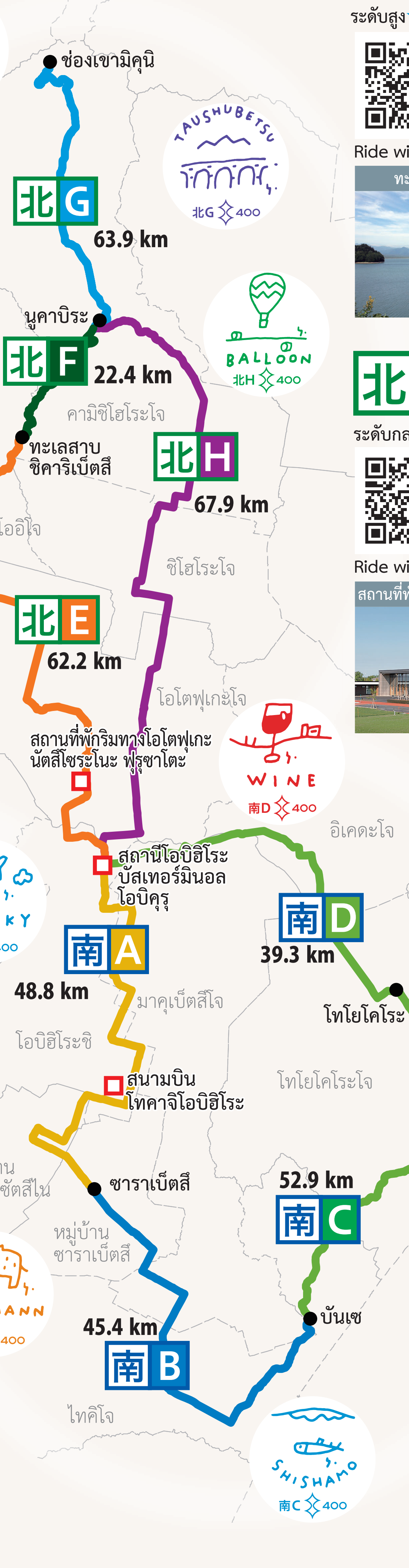
Ride with GPS

NAUMANN
南B 400

สถานที่พักริมทางจูรุอิ เนามานออนเซ็น

แม่น้ำเรกิฟุเนะ

บันเซออนเซ็น



北G นูคาบิระ→ช่องเขามิคุนิ→นูคาบิระ

ไต่เขาและลงเนินแบบไดนามิก

ระดับสูง★★★

สะพานแม่น้ำทาอุชุเบ็ตสึของรถไฟสายชิโฮโระเดิมนั้นดูราวกับภาพลวงตาที่ปรากฏในทะเลสาบนูคาบิระ มองเห็นภูเขาไทเซ็ตสึซังอยู่ไกลๆ

Ride with GPS

[ทัวร์ดาวน์ฮิลล์] ติดต่อสอบถาม : ศูนย์ธรรมชาติฮิกาชิไทเซ็ตสึ โทร : 01564-4-2261

ทะเลสาบนูคาบิระ

สะพานมัตสึมิโอฮาชิ

ช่องเขามิคุนิ

北H นูคาบิระ→คามิชิโฮโระ→ชิโฮโระ→โอโตฟุเกะ→โอบิฮิโระ

เข้าสู่ภูมิทัศน์การเกษตรกรรมของโทคาจิจากทะเลสาบนูคาบิระ

ระดับกลาง★★

เทศกาลบอลลูนฮอกไกโด

ไฟล์ทที่เงียบสงบล่องลอยไปกับสายลม

Ride with GPS

สถานที่พักริมทางคามิชิโฮโระ

สถานที่พักริมทาง PIA 21 ชิโฮโระ

ภูมิทัศน์ตามชนบท

南D โทโยโคโระ→แม่น้ำโทคาจิ (พื้นที่ริมฝั่งแม่น้ำ)→อิเคดะ→โอบิฮิโระ

ระดับเริ่มต้น★

เลียบฝั่งซ้ายของแม่น้ำโทคาจิอันกว้างใหญ่ ขอแนะนำคุณเข้าพักแรมที่โทคาจิกาวาออนเซ็นด้วย

ที่ลุ่มแม่น้ำโทคาจิอันกว้างใหญ่นี้มีไวน์ของโทคาจิที่ใช้องุ่นป่าเป็นวัตถุดิบในการบ่ม

Ride with GPS

ไร่องุ่น

จุดชมวิวโทคาจิงะโอกะ

ห้องสังเกตการณ์บันไดปลา โทโทโรโด

南C บันเซ→ทะเลสาบยูโด→ทะเลสาบโจโบชิ→ท่าเรือโอตสึ→โทโยโคโระ

ระดับกลาง★★

ทะเลที่สดใสและกลุ่มทะเลสาบน้ำกร่อยอันเป็นเอกลักษณ์ของชายฝั่งมหาสมุทรแปซิฟิก
เส้นทางที่สืบย้อนถึงถิ่นอันเป็นจุดกำเนิดของโทคาจิ

มหาสมุทรแปซิฟิกและทะเลสาบน้ำกร่อยที่สะท้อนแสงอาทิตย์เปล่งประกายสดใส
ฮอนชิชาโมะ อร่อย!

Ride with GPS

ทะเลสาบยูโด

ชายฝั่งโอตสึ

ต้นเอล์มของญี่ปุ่น

เพลิดเพลินไปกับพื้นที่จากแต่ละ "เกตเวย์"

ได้มีการปรับปรุงเกตเวย์ที่ทำหน้าที่เป็นทางเข้าและออกของโทคาปุจิ 400 อย่างสมบูรณ์แล้ว ขอเชิญคุณใช้บริการจากเกตเวย์ที่ให้ความสะดวกสบายนี้

ทางเข้า-ออกทางอากาศ

สนามบินโทคาจิโอบิฮิโระ

แนะนำให้เช่าจักรยานมือเปล่า!

ฝากสัมภาระใบใหญ่ของคุณที่บริษัทรถบัสรับส่งของสนามบินแล้วเช่าจักรยานเที่ยวชมสถานที่

◆วิธีการใช้บริการเช่าจักรยานมือเปล่า

การจอง	ฝากสัมภาระ	รับสัมภาระ
ทำการจองและสมัครที่จุดเช่าจักรยานในวันที่เช่านั้น	ฝากสัมภาระใบใหญ่ของคุณที่บริษัทรถบัสรับส่งของสนามบินแล้วเช่าจักรยานเที่ยวชมสถานที่	คืนจักรยานและรับสัมภาระที่สนามบิน / บัสเทอร์มินอล

สนามบินโทคาจิโอบิฮิโระ
↑↓
บัสเทอร์มินอลสถานีโอบิฮิโระ

ดูรายละเอียดที่นี่

เช่าจักรยานมือเปล่า ระยะเวลาเปิดทำการ : ช่วงปลายเดือนเมษายนถึงช่วงปลายเดือนตุลาคม
ติดต่อสอบถาม : แอคทิวิตี้เซ็นเตอร์ ANDOOR โทร. 0155-66-5894
*กรุณาตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้ทำการจอง ไม่มีพนักงานที่ให้บริการเช่าจักรยานประจำอยู่ที่สนามบิน

ทางเข้า-ออกทางการรถไฟและรถบัส

สถานี JR โอบิฮิโระ / บัสเทอร์มินอล โอบิคุรุ

มีบริการ e-bike ด้วย มีจักรยานให้เช่าหลากหลายประเภท

มีจักรยานให้เช่าหลากหลายประเภท ทั้งแบบซิตี้, แบบสปอร์ต, จักรยานสำหรับเด็กและอื่นๆ! คุณสามารถปั่นขึ้นเนินหรือที่สูงชันได้อย่างสบายๆด้วย e-bike (จักรยานไฟฟ้า)

ดูรายละเอียดที่นี่

จักรยานให้เช่า โทกัจจา ระยะเวลาเปิดทำการ : ช่วงปลายเดือนเมษายนถึงช่วงปลายเดือนตุลาคม
ติดต่อสอบถาม : เอคโค่บัสเซ็นเตอร์ ริคุรุ โทร. 0155-23-5920

ทางเข้า-ออกทางถนน

สถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะ นัตสึโซระโนะ ฟุรุซาโตะ

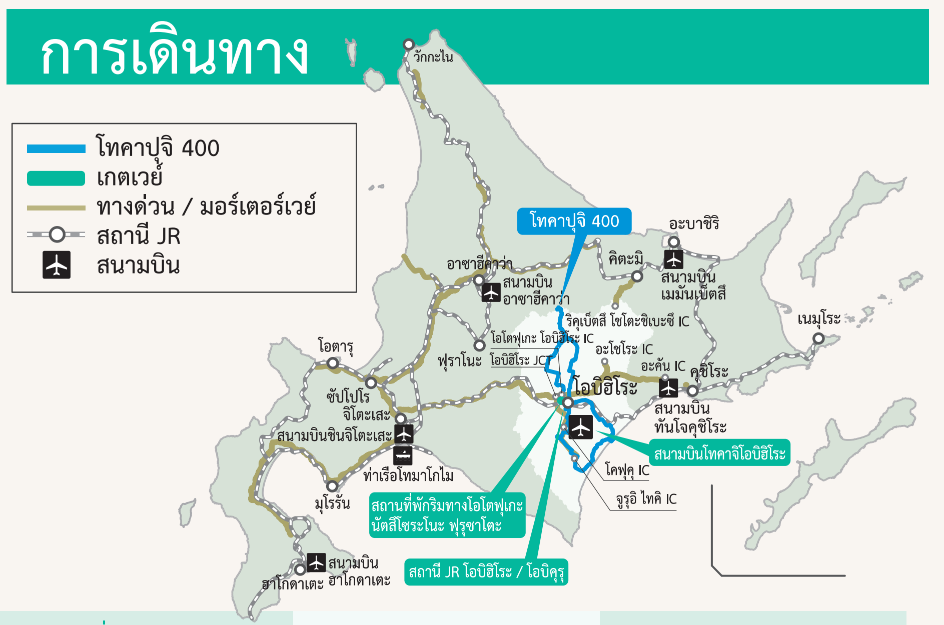
จอดรถของคุณในลานจอดรถขนาดใหญ่แล้วปั่นจักรยานเที่ยว

โหลดจักรยานของคุณขึ้นรถแล้วเพลิดเพลินกับโทคาจิด้วยรถคันโปรดของคุณ!

ดูรายละเอียดที่นี่

*มีจักรยานให้เช่าที่สถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะด้วย
ติดต่อสอบถาม : โทร. 0155-65-0822
*ไม่อนุญาตให้ใช้ลานจอดรถเพื่อจุดประสงค์ในการพักแรม

การเดินทาง



มาถึงสถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะ นัตสึโซระโนะ ฟุรุซาโตะ

รถบัส
- ซัปโปโร / ประมาณ 3 ชั่วโมง 30 นาที
- อาซาฮีคาว่า / ประมาณ 4 ชั่วโมง
- คุชิโระ / ประมาณ 1 ชั่วโมง 40 นาที

รถยนต์
- ซัปโปโร / ประมาณ 2 ชั่วโมง 40 นาที
- อาซาฮีคาว่า / ประมาณ 2 ชั่วโมง 50 นาที
- คุชิโระ / ประมาณ 1 ชั่วโมง 40 นาที

*ประมาณ 2 นาทีจากโอโตฟุเกะ โอบิฮิโระ IC

มาถึงสถานี JR โอบิฮิโระ / โอบิคุรุ

JR
- ซัปโปโร / ประมาณ 2 ชั่วโมง 30 นาที
- สนามบินชินจิโตะเสะ / ประมาณ 2 ชั่วโมง
- คุชิโระ / ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

รถบัส
- ซัปโปโร / ประมาณ 3 ชั่วโมง 55 นาที
- อาซาฮีคาว่า / ประมาณ 4 ชั่วโมง 10 นาที
- คุชิโระ / ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

รถยนต์
- ซัปโปโร / ประมาณ 2 ชั่วโมง 50 นาที
- อาซาฮีคาว่า / ประมาณ 3 ชั่วโมง
- คุชิโระ / ประมาณ 2 ชั่วโมง

มาถึงสนามบินโทคาจิโอบิฮิโระ

เครื่องบิน
- สนามบินฮาเนดะ / ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

รถบัส
- สถานี JR โอบิฮิโระ / ประมาณ 40 นาที
- สถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะ / ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

รถยนต์
- ใจกลางโอบิฮิโระ / ประมาณ 40 นาที
- สถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะ / ประมาณ 40 นาที

ลักษณะสำคัญของเกตเวย์

ℹ การส่งข้อมูล　ห้องน้ำ　ช่องจอดจักรยาน　ที่สูบลม　เครื่องมือซ่อมแซม
น้ำดื่ม　อาหาร　จำหน่ายสินค้า　จักรยานให้เช่า

*หากต้องการยืมเครื่องมือหรือที่สูบลม กรุณาสอบถามเจ้าหน้าที่ของสถานที่

เพลิดเพลินไปกับ "เส้นทางในท้องถิ่น"

รอบๆเส้นทางโทคาปุจิ 400 นี้มีพื้นที่ที่มีเสน่ห์น่าสนใจอยู่มาก มีทั้งเส้นทางเรียบๆไม่ซับซ้อนที่เพลิดเพลินได้แม้เป็นผู้ที่อยู่ในระดับเริ่มต้น เส้นทางแบบออฟโรด และเส้นทางที่ท้าทายผ่านพื้นที่ภูเขา ชวนเชิญคุณมาสนุกเพลิดเพลินต่ออีกหน่อยจากโทคาปุจิ 400

幕1 เส้นทางปลาแซลมอนแม่น้ำโทคาจิ

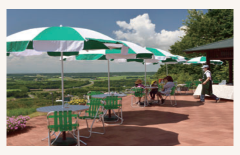
เส้นทางเรียบๆที่มีจุดเริ่มต้นและสิ้นสุดอยู่ที่โทคาจิกาวาออนเซ็น

หมายเลข : 幕1
ระยะทาง : 21.5km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 116m
ระดับเริ่มต้น ★

幕2 เส้นทางชมวิวจูรุอิ

เส้นทางที่คุณสามารถเพลิดเพลินกับทัศนียภาพอันยิ่งใหญ่ของมินามิโทคาจิ

หมายเลข : 幕2
ระยะทาง : 15.1km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 202m
ระดับเริ่มต้น ★



帯1 อิวะไนเทรล คอร์สถนนลูกรังเมาเทนไบค์

คอร์สชมใบไม้เปลี่ยนสีที่มีชื่อเสียงที่สร้างเส้นทางด้วยมือโดยผู้ที่รักท้องถิ่น

หมายเลข : 帯1
ระยะทาง : 2.8km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 59m
ระดับกลาง ★★

大1 คอร์สบันเซออนเซ็น

เส้นทางที่มีความหลากหลายอุดมสมบูรณ์ โดยมีจุดเริ่มต้นอยู่ที่บันเซออนเซ็น

หมายเลข : 大1
ระยะทาง : 47.7km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 251m
ระดับสูง ★★★

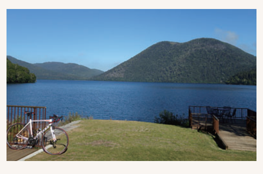
อยู่ระหว่างการเพิ่มเส้นทางท้องถิ่น!

จากนี้ไปมีกำหนดจะทำการเพิ่มเส้นทางท้องถิ่นชั่วคราวด้วย กรุณาดูข้อมูลล่าสุดได้ที่เว็บไซต์!

鹿1 เส้นทางท้าทายเชื่อมกับทะเลสาบแห่งท้องฟ้า

เส้นทางที่เหมาะสำหรับผู้มีฝีมือระดับสูง สัมผัสเสน่ห์ของความต่างระดับของความสูงประมาณ 600m

หมายเลข : 鹿1
ระยะทาง : 18.4km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 581m
ระดับสูง ★★★



鹿2 เส้นทางปั่นเร็วฉิวท่ามกลางธรรมชาติอันยิ่งใหญ่

เส้นทางที่มีความลาดชันน้อยเป็นจุดเด่นซึ่งเหมาะสำหรับผู้มีฝีมือระดับกลาง

หมายเลข : 鹿2
ระยะทาง : 21.7km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 396m
ระดับกลาง ★★

上1 ปั่นบนที่ราบสูงไนไท

เส้นทางที่เพลิดเพลินได้กับทัศนียภาพอันกว้างใหญ่ของ "ฟาร์มไนไทโคเก็น"

หมายเลข : 上1
ระยะทาง : 40.5km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 673m
ระดับกลาง ★★

上2 ปั่นบนเนินคามิชิโฮโระ

เส้นทางที่เพลิดเพลินได้กับทิวทัศน์ตามธรรมชาติกับทางเรียบๆ เหมาะสำหรับระดับเริ่มต้น

หมายเลข : 上2
ระยะทาง : 30.0km
ระยะทางโดยรวมที่ได้ : 263m
ระดับเริ่มต้น ★

คอร์สโมเดลอื่นๆ

ที่ภูมิภาคโทคาจินี้นอกจากเส้นทางท้องถิ่นแล้ว ยังมีเส้นทางอีกมากมายให้คุณได้เพลิดเพลินด้วย เช่นเส้นทางทัศนียภาพพาโนรามาอันงดงามตระการตาหรือเส้นทางที่ให้คุณได้สัมผัสกับประวัติศาสตร์เป็นต้น

ข้อมูลการท่องเที่ยวของโทคาจิ

เว็บไซต์อย่างเป็นทางการของสหพันธ์การท่องเที่ยวโทคาจิ ให้ข้อมูลที่ครอบคลุมเกี่ยวกับการท่องเที่ยวในโทคาจิ ฮอกไกโด รวมถึงอาหารรสเลิศ การเที่ยวเล่นยามว่าง ที่พัก กิจกรรมและสภาพอากาศตลอดปี!

とかちであそぼう とかち晴れ

ดูรายละเอียดที่นี่

อากาศของโทคาปุจิ 400

ให้ข้อมูลสภาพอากาศที่เน้นชัดเจนสำหรับเส้นทางโทคาปุจิ 400

คุณสามารถตรวจสอบข้อมูลสภาพอากาศดังต่อไปนี้ได้ทุกชั่วโมง
●สภาพอากาศ ●ความเร็วลม ●อุณหภูมิ ●ความชื้น
●ความเสี่ยงต่อภาวะอุณหภูมิร่างกายต่ำ / WBGT (ความเสี่ยงต่อโรคลมแดด)

คุณสามารถตรวจสอบพยากรณ์เมฆฝนในอีก 3 ชั่วโมงหลังจากนี้ได้ด้วย

เสนอ WN weathernews

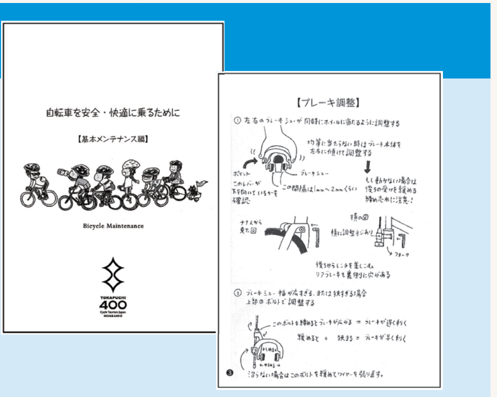
เผยแพร่คู่มือการบำรุงรักษา!

ตรวจสอบจักรยานของคุณก่อนออกเดินทางเพื่อให้แน่ใจถึงความปลอดภัยและสะดวกสบาย!
เผยแพร่ที่เว็บไซต์ โทคาปุจิ 400

ตรวจเช็คก่อนขี่! ทำความสะอาดเมื่อกลับมา!

- ตรวจเช็คก่อนออกเดินทาง
- ปรับเบรค
- ตรวจเช็ครอบแฮนด์จักรยาน
- ตรวจเช็คหลังการกลับมาถึง
- ซ่อมยางแตกรั่ว
- การถอดยาง
- การทำความสะอาดและปรับตั้งโซ่
- ไอเทมที่ควรเตรียมไว้เพื่อความไร้กังวล

ดูรายละเอียดที่นี่



จักรยานให้เช่า

หมายเลขพื้นที่	ชื่อสถานที่	รถล้อขนาดเล็ก / ซิตี้ไซเคิล	ซิตี้ไซเคิลแบบไฟฟ้า	โร้ด	ครอสคันทรีไบค์	MTB	e-bike	จักรยานสำหรับเด็ก	อื่นๆ	ขี่ไปได้โดยไม่ต้องกลับมาคืนที่เดิม	เวลาทำการ เปิดทำการ ปิดทำการ	ติดต่อที่
B-3	พิพิธภัณฑ์ธรรมชาติฮิกาชิไทเซ็ตสึ				○		○	○	○	*3	09:00 16:30	01564-4-2224
C-3	สถานีขนส่งเมืองคามิชิโฮโระ				○						09:00 16:30	01564-7-7200
C-3	สถานที่พักริมทางคามิชิโฮโระ	○	○		○		○	○		*3	09:00 16:30	01564-7-7722
D-3	ชิโฮโระเรียวคัง *4	○	○					○			10:00 16:00	01564-5-2527
E-3	โทกัจจา (ในโอบิคุรุ) *1	○	○	○	○	○	○	○		*2	09:00 18:00	0155-23-5920
E-3	ศูนย์ข้อมูลการท่องเที่ยวโทคาจิกาวาออนเซ็น	○	○	○	○	○	○			*2	09:00 18:00	0155-32-6633
E-3	สถานที่พักริมทางโอโตฟุเกะ นัตสึโซระโนะ ฟุรุซาโตะ						○				09:00 17:00	0155-65-0822
F-3	ANDOOR *1 (แอคทิวิตี้เซ็นเตอร์ ANDOOR)	○		○	○	○	○			*2	08:30 17:30	0155-66-5894
F-3	แกลมปิ้งรีสอร์ทเฟเรียนดอร์ฟ			○	○	○	○		○		โปรดสอบถาม	0155-68-3301

*1 : สามารถจัดส่งจักรยานไปยังสนามบินโทคาจิโอบิฮิโระได้โดยทำการจองล่วงหน้า *2 : สามารถจัดส่งจักรยานเช่าที่ขี่ไปโดยไม่ต้องกลับมาคืนที่เดิมและสัมภาระระหว่าง โทกัจจากับศูนย์ข้อมูลการท่องเที่ยวโทคาจิกาวาออนเซ็น, โทกัจจากับสนามบินโทคาจิโอบิฮิโระ, โทกัจจากับ ANDOOR กรุณาสอบถามในรายละเอียด *3 : สามารถขี่จักรยานไปโดยไม่ต้องกลับมาคืนที่เดิมในเส้นทางระหว่างพิพิธภัณฑ์ธรรมชาติฮิกาชิไทเซ็ตสึกับสถานที่พักริมทางคามิชิโฮโระ กรุณาสอบถามในรายละเอียด *4 : จำเป็นต้องทำการจองล่วงหน้าก่อนวันใช้บริการ

กฎการขี่จักรยาน

กฎ 5 ประการในการใช้จักรยานอย่างปลอดภัย

❶ตามกฎคือขี่จักรยานบนท้องถนน ขี่ชิดซ้ายมือ ทางเท้าเป็นข้อยกเว้น ให้ความสำคัญต่อคนเดินเท้าเป็นอันดับแรก
❷ปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรและหยุดที่สัญลักษณ์หยุดชั่วคราวเพื่อตรวจเช็คความปลอดภัย
❸เปิดไฟในเวลากลางคืน ❹ห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และขี่จักรยาน ❺สวมหมวกกันน็อค

ข้อควรระวังในการใช้เส้นทางโทคาปุจิ 400

ห้ามเข้าไปในพื้นที่เพาะปลูก ทุ่งหญ้าและฟาร์มเลี้ยงสัตว์โดยไม่ได้รับอนุญาต
เชื้อโรคที่ติดอยู่ที่รองเท้าหรือล้อรถอาจทำให้พืชผลและสัตว์ป่วยได้

มีพื้นที่และช่วงเวลาที่รถแทรกเตอร์เพื่อการเกษตรจำนวนมากใช้งานอยู่
ในบริเวณพื้นที่เพาะปลูกในช่วงฤดูเพาะปลูกในฤดูใบไม้ผลิ (ประมาณเดือนพฤษภาคมถึงมิถุนายน) และฤดูเก็บเกี่ยวในฤดูใบไม้ร่วง (ประมาณเดือนกันยายนถึงตุลาคม) นั้นควรให้ความระมัดระวังเป็นพิเศษ

พื้นที่ที่มีสถานที่พักผ่อนมีจำนวนน้อย
โปรดตรวจเช็คที่เว็บไซต์โทคาปุจิ 400 และแผนที่ขี่จักรยานและขี่ด้วยความระมัดระวัง

เตรียมพร้อมสำหรับรับมือกับเหตุฉุกเฉินเช่นพกพาน้ำดื่มให้มากพอสมควร พกพาอาหาร ชาร์จโทรศัพท์มือถือให้เต็มเป็นต้น

ระวังอย่าขี่ด้วยความเร็วที่เร็วเกินไป มีทั้งถนนเรียบตรงและทางลงเนินระยะยาว

บัตรติดต่อฉุกเฉิน

ชื่อ-นามสกุล　　กรุ๊ปเลือด กรุ๊ป　Rh + / − (　)
วันเดือนปีเกิด　　โทร
ที่อยู่เจ้าตัว

ในกรณีฉุกเฉินติดต่อที่
① โทร
ชื่อ-นามสกุล　　ความสัมพันธ์
② โทร
ชื่อ-นามสกุล　　ความสัมพันธ์

ในกรณีที่เกิดอุบัติเหตุหรือการเจ็บป่วย ข้าพเจ้ายินยอมที่จะให้ข้อมูลของตนเองที่แสดงอยู่ในบัตรนี้แก่บุคคลอื่น