

# GOAL

桜田通りを渡って直進すればフィニッシュですが、最後にもう一踏ん張りするなら、飯倉交差点を右折して赤羽橋方面へ。橋の手前で鋭角に左折し、坂上に待ち受ける東京タワーへ。



千葉真子 BEST SMILE ランニングクラブ選定！

# 「東京タワーマラソン」ランニングマップ



東京のシンボル「東京タワー」。その周りをぐるっと走れば、都会のど真ん中なのにトレイルラン気分です。思わずダッシュしたくなる心臓破りの坂道、歴史ロマンに思いを馳せて駆け抜ける町並み… 新鮮な大冒険が待っている！東京タワー発着の1周約8.2キロ、高低差は約20メートル。初心者から上級者まで、幅広く走れるのが東京タワーマラソン！走りながら、寄り道しながら、楽しんでみてください。

千葉真子 BEST SMILE ランニングクラブ

毎週土曜日 ※2012年2月現在  
午前6時5分～放送中

月1回ランニング練習会も開催中！  
詳しくは <http://www.joqr.co.jp/blog/chiba/>



# START

東京タワーをスタート。芝公園方面を目指し、増上寺と東京プリンスホテルの間的小道を抜けて日比谷通りへ。箱根駅伝や東京マラソンでおなじみのコースに入ります。

## J 六本木～飯倉片町

鳥居坂を登りきり、外苑東通りに出ると左手に六本木交差点。(左の写真)東京タワーに向かって飯倉片町交差点を通過！



## I 鳥居坂

六本木5丁目を南北に貫く「鳥居坂」を北進。数ある麻生の坂の中でも五指に入るといわれる急坂。坂名は、江戸時代の半ばまで坂の東側に大名鳥居家の屋敷があったことに由来します。



## H 麻布十番商店街

麻布山善福寺の門前町として栄え、300年以上の歴史を誇る商店街。現在では、和洋問わず充実したデザートが楽しめる「スイーツランニング」の発信基地として話題を集めています。



## G 六本木ヒルズ

テレビ朝日通りを六本木方面へ向かえば、右手に六本木ヒルズがそびえます。(右の写真)ヒルズの中心を貫く約400mの目抜き通りが六本木けやき坂通り。坂を下ると遠景に東京タワーの姿が。



## F 有栖川宮記念公園

日本古来の林泉式の景観と、起伏に富む自然を生かした庭園。江戸時代は忠臣蔵の浅野家の下屋敷で、明治29年、有栖川宮家の御用地に。現在は港区立公園として開放されています。(公園内は左の写真)



## E 仙台坂

仙台藩伊達家の下屋敷に由来する「仙台坂」。坂の北側に位置する麻布山善福寺の起源は古く、842年、弘法大師による開山。境内には親鸞聖人の伝説を伝えるイチョウの巨木が。



## D 綱の手引き板～日向坂

桜田通りの三田一丁目交差点を右折。「綱の手引き坂」の上には、ジョサイア・コンドル設計「綱町三井倶楽部本館」の姿が。坂の頂上から麻布側への下りは「日向坂」と名を変えます。



## A 増上寺

日比谷通りに入つてすぐ、右手にそびえるのは増上寺・三門(三解脱門)。三門越しに中を見やると増上寺・大殿と東京タワーの雄大なツーショットを拝むことができます。



## B 芝公園

緑あふれる都会のオアシス。公園内にある芝東照宮の境内に鎮座するのは御神木の「大イチョウ」。徳川三代将軍・家光公が植樹したとされる巨木で、およそ370年の樹齢を誇ります。



## C 赤羽橋

芝公園グランド前交差点を右折し、古川に架かる赤羽橋へ。地名の「赤羽」は、江戸中期頃まで土器を作る家が多く、「赤埴(あかはに: 赤い粘土)」に由来するという説が有力。

