

日程	時刻	駅ほか	路線	距離	
2015/6/27	土	07:43	新白河	やまびこ206号	181.8
		08:58	上野 (JEXER上野)		
		11:26		はやぶさ17号 (指定①)	628.3
		14:13	八戸		
		18:14		はやぶさ25号	81.8
		18:43	新青森		
		18:55		特急つがる10号	33.5
		19:25	弘前(泊)		
2015/6/28	日	06:50		奥羽本線	19.9
		07:11	碓ヶ関(ハーフマラソン)	奥羽本線	19.9
		12:17			
		12:37	弘前	奥羽本線	33.5
		13:01			
		13:42	新青森	はやぶさ22号 (指定②)	361.9
		13:52			
		15:29	仙台	やまびこ146号	125.1
		15:44			
		16:29	郡山 (ふくしまDC/特別企画&SL号)	東北本線	41.3
		18:23			
		19:02	新白河		601.6
2015/6/29	月	06:42	新白河	やまびこ291号	87.4
		07:07	福島		
		07:31		つばさ121号 (指定③)	40.1
		08:20	米沢 (レンタサイクル)		
		12:38		つばさ140号 (指定④)	312.9
		14:48	東京		
		14:58	会社 (さくらんぼ)	徒歩	
		15:03		東西線	
		15:07	日本橋		
		15:22	高田馬場 (歯科)	山手線	2.1
		17:08			
		17:12	池袋	湘南新宿ライン	22.6
		17:15			
		17:41	大宮 (JEXER大宮)	やまびこ59号	196.4
		20:46			
		21:37	郡山	なすの284号	41.3
21:44					
21:56	新白河		702.8		
2015/6/30	火	07:16	新白河	やまびこ204号	155.1
		08:10	大宮		
		08:18		はくたか553号 (指定⑤)	251.6
		08:46	上越妙高		
		09:43		はくたか558号	59.5
		10:25	長野		
		11:56		はくたか560号	117.4
		12:35	高崎		
		12:43		とき321号	94.2
		13:12	越後湯沢		
		15:56		Maxとき330号 (指定⑥)	199.2
		17:20	東京		
		17:34		中央線快速	6.6
		17:43	四ツ谷 (JEXER四谷)		
		19:57		中央線快速	6.6
		20:07	東京		
		20:20		やまびこ59号	226.7
		21:37	郡山		
21:44		なすの284号	41.3		
21:56	新白河				
				3,388.0	1,158.2