【人民广场.G318.K0 - G318.K363】

0 [总000] 原平路江场西路

11 [总011] 人民广场OKM（江场西路0530发车-共和新路-中华新路-西藏北(/中)路-人民大道）

36 [总047] 里浜南[沪青平公路公园东路]（人民大道-黄陂北路-威海路-陕西北路-奉贤路-愚园路-长宁路-中山西路-天山路-水城路-虹桥路-S20-沪青平公路）

13 [总060] 朱家角南[沪青平公路朱枫公路]（沪青平公路）

17 [总077] 金泽西[金泽汽车站]（沪青平公路）

32 [总109] 平望[莺湖路平运路]（沪青平公路[苏]）

26 [总135] 南浔[沪聂线方丁路]（G318）

35 [总170] 湖州[二环北路紫云路]（G318.三里桥路-三环东路.湖织路-清远路.二环北路）

19 [总189] 白鹤岭[G318宣杭线] （G318.二环北路-G104/318.京福线-G318）

3 [总192] 长兴南[G318疏港公路]（G318）

29 [总221] 泗安[G318府前街]（G318）

27 [总248] 广德[太极大道复兴北街（广德汽车站）]（G318-G318.太极大道）

31 [总279] 十字镇[建设东路通站路]（老G318）

2 [总281] 十字加油[-/城西加油站路口]（老G318）

13 [总294] 洪林镇[-/洪青路口]（老G318）

5 [总299] 麻姑山[-/城西路口]（老G318）

10 [总309] 宣城东[阳德东路果仁街]（老G318-阳德东路）

10 [总319] 宣城南[水阳江南大道响山路(宣城博物馆)]（阳德东/中/西路-水阳江东/南大道）

10 [总329] 宣城西[宝城路致和路]（水阳江南大道-宝城路）

12 [总341] 寒亭西[G318.寒亭-中国石油(周村)]（G318）

5 [总346] 文昌镇[G318.昌盛路]（G318）

15 [总361] 南陵县南站[G318.南陵县医院]（G318）E-W-E-N->

（+5K，籍山大道: 南陵。[-惠民南路-稷山大道-利民路-南翔路-惠民南路-]）N-W->

18 [总379] 南陵南[G318.三里镇(中心广场)]（G318） <<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<<

6 [总385] 南陵若坑[出入库线-若坑场]（G318-若坑场.出入库线）

============================

保持每天20-50公里，骑行半个月左右，练习踏频，做好长途准备，兄弟要跑多远？

============================

D55 加德满都

D54 多拉尕特

D53 樟木[口岸:出境-科达里]

D52 聂拉木

D51 亚来

D50 门布

D49 岗嘎

D48 定日

D47 拉孜

D46 吉定

D45 日喀则

D44 切娃

D43 曲水县

D42 拉萨

D41 松多

D40 工布江达

D39 八一镇(林芝)

D38 鲁朗

D37 排龙

D36 波密

D35 然乌

D34 八宿

D33 邦达

D32 左贡

D31 觉巴

D30 芒康

D29 巴塘

D28 理塘

D27 红龙

D26 相克宗

D25 雅江 D0 人民广场（上海）

D24 新都桥 D1 湖州

D23 折多塘 D2 宣城

D22 康定 D3 K363（南陵县.三里镇）

D21 泸定 D4 安庆

D20 两路 D5 英山

D19 天全 D6 黄冈北

D18 名山 D7 汉口

D17 成都 << D8 仙桃

D16 乐至 D9 荆州

D15 南充 D10 宜昌

D14 大竹 D11 野三关

D13 万州 D12 恩施