

北地区周回コース (距離 約2400メートル)

山田池公園北地区の主園路を周回するコースで、春日山ともみじ谷の緑の清々しさを体感できます。コース中に竹屋峠ともみじ谷の2か所の登りがある中・上級者向けコースです。

上りは無理せず、歩幅を小さくし、下りはスピードを抑え、足の指のつけ根からの着地を意識して走りましょう。

上りは無理せず、歩幅を小さくし、下りはスピードを抑え、足の指のつけ根からの着地を意識して走りましょう。



- モデルコース
- S J (エスジェイ) メイト
- 水飲み場
- 自動販売機
- トイレ
- 休憩所
- 傾斜のある坂
- 道路横断注意
- AED (自動体外式除細動機)

※ S J メイトは1分間に走った距離を計る路面標です。
 ※ マップ上の距離はおおよその目安の距離です。