

# 鹿田山フットパス散歩コース

## コースA - 初心者コース - 緩やかなコース

- ① 清水新沼  約400m
- ② 岩崎の池  約10分
- ① 清水新沼  約700歩
-  約60kcal

## コースB - 上級者コース - アップダウン激しいコース

- ③ 展望の丘  約1km
- ④ 尾根の分岐  約25分
- ⑤ 御嶽山頂  約1,800歩
- ③ 展望の丘  約130kcal

## コースC - 下り坂コース - アップダウン激しいコース

- ④ 尾根の分岐  約400m
- ⑥ 雷電山  約10分
- ⑦ 尾根の広場  約700歩
- ① 清水新沼  約70kcal

## コースD - 登り坂コース - 登り急な坂多いコース

- ⑧ 臨時駐車場  約400m
- ⑨ 菜の花畑  約10分
-  約680歩
-  約70kcal



-  …自動販売機
-  …駐車場
-  …トイレ
-  …測定スポット
-  …距離
-  …所要時間
-  …歩数
-  …消費エネルギー