

TADO HIKING COURSE MAP



1 交流コース 約3,520m(約70分) 消費カロリー 389kcal	2 眺望満喫コース 約4,520m(約85分) 消費カロリー 473kcal	3 瀬音の森コース 約6,460m(約150分) 消費カロリー 834kcal	4 親水コース 約1,180m(約25分) 消費カロリー 139kcal
5 街並コース 約1,640m(約38分) 消費カロリー 211kcal	6 のんびりコース 約1,420m(約33分) 消費カロリー 183kcal	7 健脚コース 約1,680m(約40分) 消費カロリー 222kcal	8 いにしえコース 約360m(約10分) 消費カロリー 55kcal
9 城跡コース 約540m(約15分) 消費カロリー 83kcal	10 観光農園コース 約5,000m(約80分) 消費カロリー 220kcal		

※消費カロリーは、Mets法、体重60kgで算出しています。
※記載の所要時間は、時速約3.6kmでの時間を示しています。
上りと下りでは時間が異なりますので、時間には十分余裕をもってお出かけください。

コース上の◎と◎の間の距離と時間を→で示しています。

- WC トイレ
- 障害者用トイレ
- P 駐車場
- コース案内看板
- 距離標
- 眺望ポイント
- マウンテンバイク注意ポイント
※見通しが悪い場合、すれ違いに注意してください。
- クルマ注意ポイント
※歩道が狭いため、通行車両に注意してください。