

古布庄巨木コース(琴浦町)

(こうのしょう)

距離 約7km 標高差 80m 歩数 約12,000歩 所要時間 約100分

カロリー消費量の目安 (体重60kgの人の場合) ウォーキング: 410キロカロリー ノルディックウォーク: 440キロカロリー 速歩: 450キロカロリー
 ノルディックウォーク速歩: 470キロカロリー ジョギング(平坦10km/h 斜面6km/h): 670キロカロリー

<コース紹介> 山里の自然の中を散策しながら巨木に会えるコース 難易度 II ★★☆☆☆

遥か昔から、琴浦の歴史を見守ってきた長老を訪ねて歩いてみませんか。1000年の時を越えて見守る「巨木」が楽しめます。山の中に入って行くことはなく、簡単な服装で手軽に歩けます。

⑤ スタート地点: 古布庄地区公民館(鳥取県東伯郡琴浦町大字古長186-1) マップに関する問い合わせ: 琴浦町健康対策課 TEL 0858-52-1705

交通アクセス: JR浦安駅から日の丸バス三本杉行き又は野井倉行き「古布庄保育園前」下車、徒歩1分
 駐車場: 古布庄地区公民館(20台)

地図の記号 ⑤: スタート地点 ⑥: ゴール地点 トイレ: トイレ ポイント・見どころ: ポイント・見どころ バス停: バス停



*このマップは、現地踏査したデータを基に作成されています。歩数や所要時間は60歳代女性に合わせた目安です。またイベント開催やコースの見直し等により一部コースが変更されることもあります。 現地調査、データ提供: 加藤敏明(鳥取大学医学部病態運動学)