ウオーキングステーション認定コース

信州の小京都・飯田市街地満喫コース

《 距離 10km 》

主催 ： 日本市民スポーツ連盟

カインド飯田店

2007.1.5v1.0

★ ⇒ トイレ ： ⇒認定コース
⇒選択可コース

お薦めコース（認定コースでは有りません）
①4．5km=店～松川認定コース～リンゴ並木～店
②6．5km=店～リンゴ並木～認定コースへ

【スタートする前にお読み下さい】
●歩きやすい服装やシューズを履いていますか？
●歩き始める前には、十分からだの各部の筋肉を伸ばしましょう
●歩行中こまめに水分補給を行いましょう
●歩行中体調が悪くなったら無理せず直ぐに中止しましょう
●交通ルールを守り、車や自転車、他の歩行者に気をつけ、事故のないように歩行しましょう

【ゴール】
ゴールではパスポートにスタンプ印をもらって下さい

【店営業時間】
AM10：00～PM7：30

【連絡先】
カインド飯田店
住所 ： 飯田市中央通り3－14
電話 ： 0265－23－9241

地図上の1センチは 約 62 メートル

境内に入り階段を下る
道沿いには進まない！

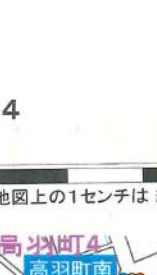
大宮温泉方面へ
その先おばた商店を左折

スタート＆ゴール
「カインド」

飯田城の外堀跡

飯田最古の道標

三連蔵



道路横断
車注意！

裏界線

愛宕蔵

横断歩道を渡る
車通行多い注意！

神社まで登り

合同庁舎の駐車場内を
抜け狭い路地を上る

佐々木整骨院横の
路地を進む

一二屋商店横
の路地を進む

中間地点

温泉の手洗場

地図使用承認C昭文社46G044号