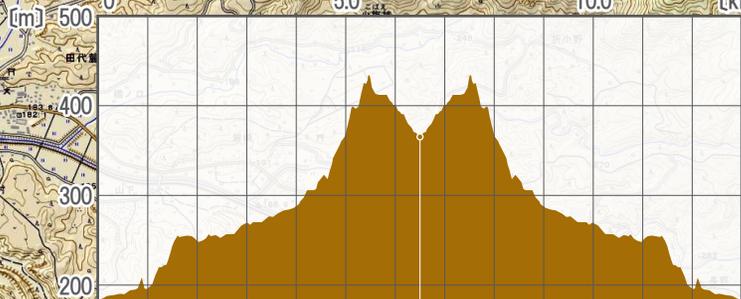
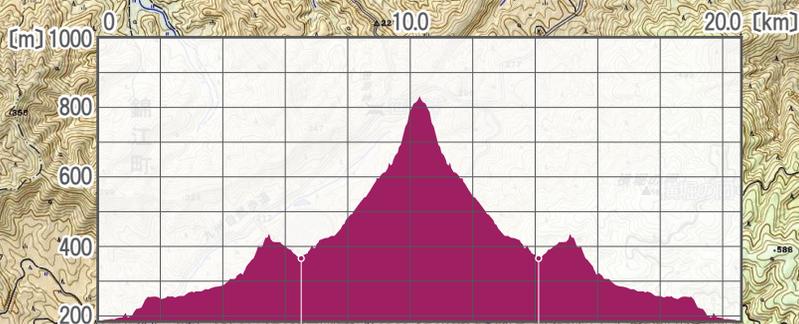


ロング 距離：約39km 累積標高：約2,700m 制限時間：9時間

ミドル 距離：約20.6km 累積標高：約1,190m 制限時間：6時間

ショート 距離：約13km 累積標高：約540m 制限時間：4時間



半ヶ石
AS2 22.1km / 関門時刻 12:50



新田峠
AS1 6.5km / 関門時刻 8:30
AS3 32.5km / 関門時刻 15:10
AS1 6.5km
AS2 14.1km
折返し 6.5km



花瀬自然公園
START 7:30 / FINISH 16:30
START 8:00 / FINISH 14:00
START 8:00 / FINISH 12:00

荒西山
折返し 10.3km

