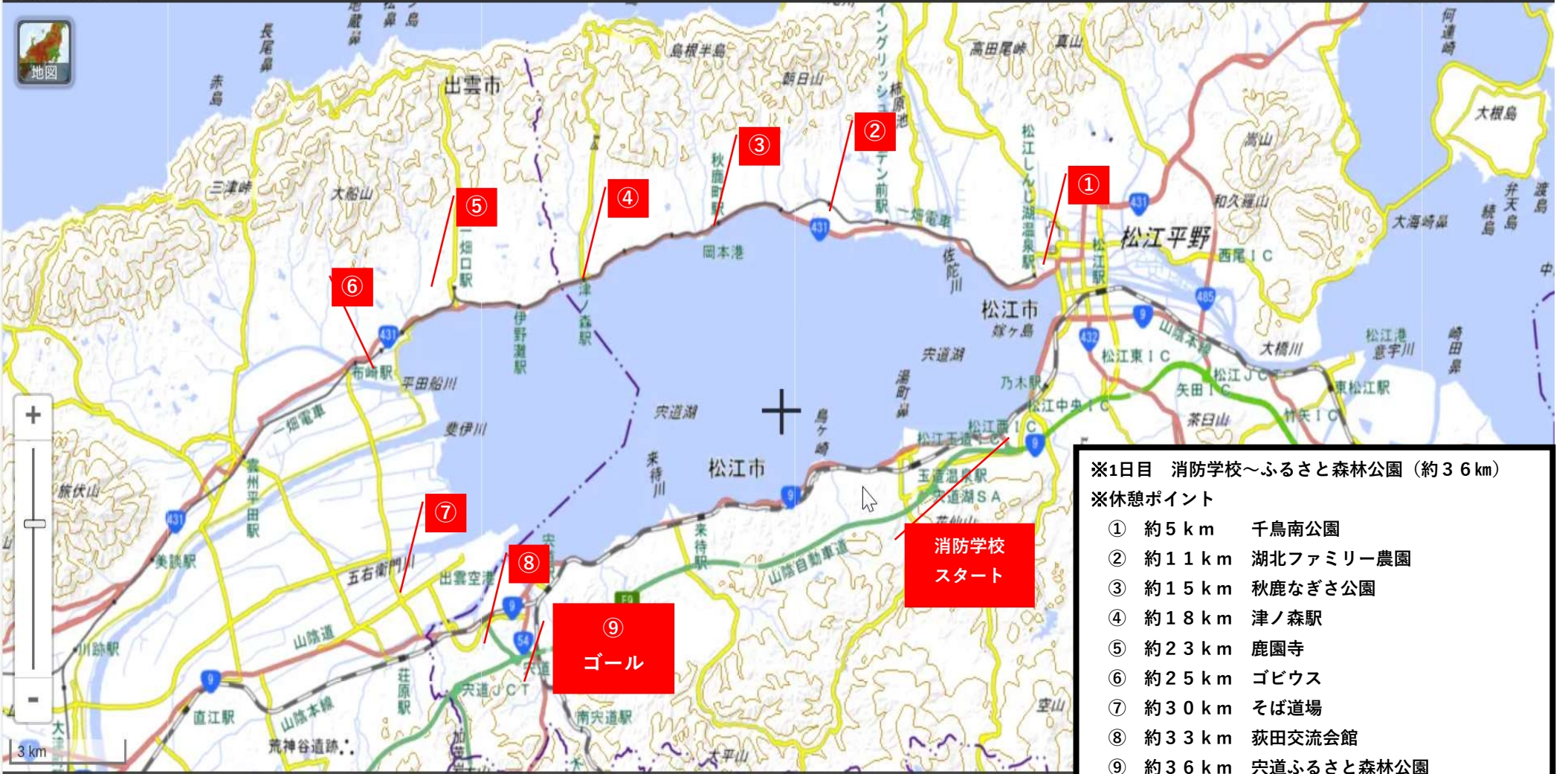


1日目：スーパー体力錬成（宍道湖一周）＝ランニング

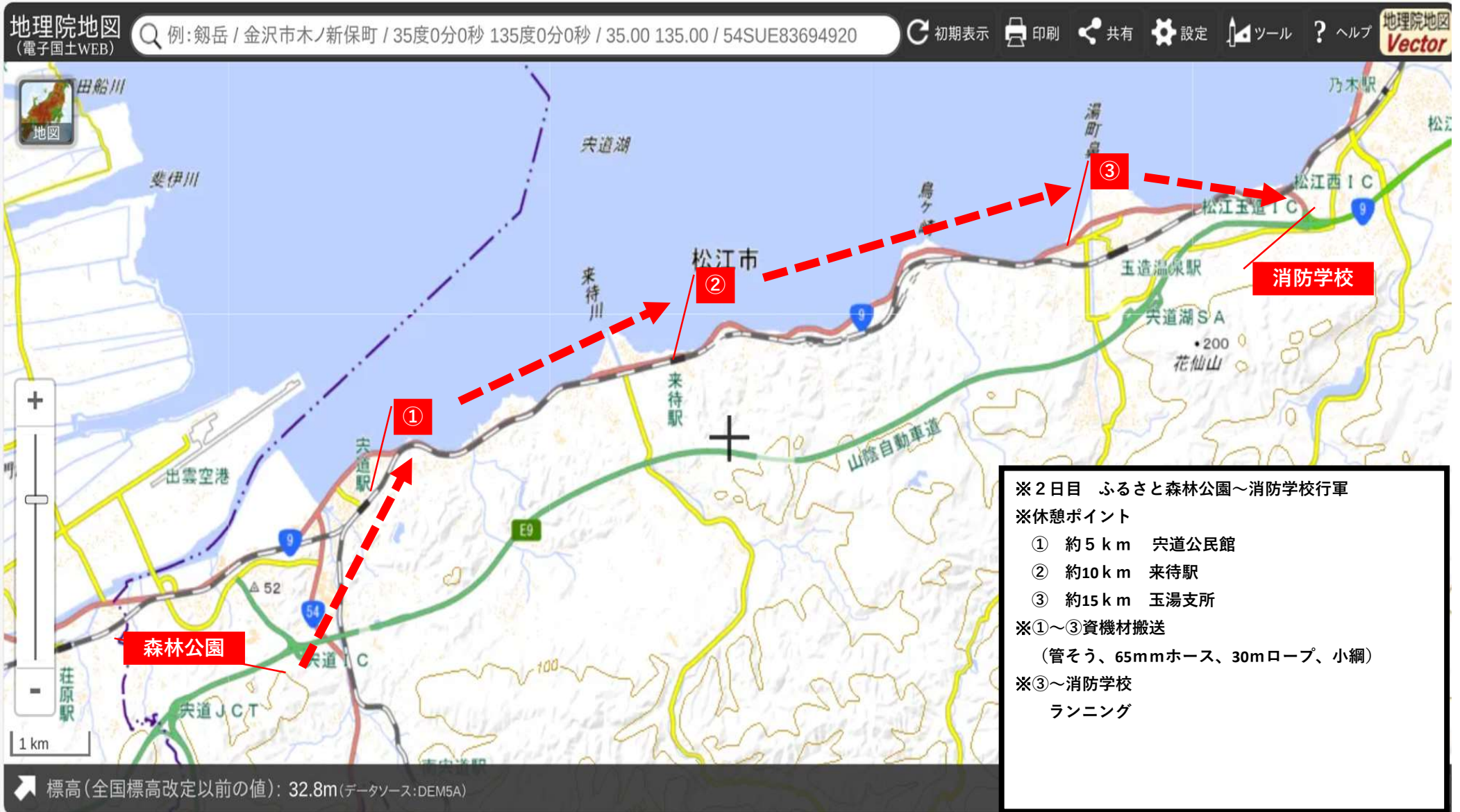


- ※1日目 消防学校～ふるさと森林公園（約36km）
- ※休憩ポイント
- ① 約5km 千鳥南公園
 - ② 約11km 湖北ファミリー農園
 - ③ 約15km 秋鹿なぎさ公園
 - ④ 約18km 津ノ森駅
 - ⑤ 約23km 鹿園寺
 - ⑥ 約25km ゴビウス
 - ⑦ 約30km そば道場
 - ⑧ 約33km 荻田交流会館
 - ⑨ 約36km 宍道ふるさと森林公園

標高(全国標高改定以前の値): 0m(データソース:DEM10B)

出典:「地理院地図Vector(国土地理院)を加工して作成」

2日目：スーパー体力錬成（宍道湖一周）＝行軍



出典：「地理院地図Vector（国土地理院）を加工して作成」