

# 熊野古道中辺路マウンテンラン コース図

< 32kmの部、18kmの部、9kmの部 >



なかへち総合グラウンド(A)  
スタート・ゴール地点

- 32kmの部 (未舗装路部分28%)  
A → B (2.4km) → C (3.4km) → D (5.5km) → E (7.9km) → F (9.3km) → G (9.9km) → H (11.6km) → I (13.9km) → J (16.4km) → K (19.1km) → L (21.7km) → G (23.8km) → H (25.5km) → D (28.2km) → B (29.7km) → A (32.1km)
  - 18kmの部 (未舗装路部分20%)  
A → B (2.4km) → C (3.4km) → D (5.5km) → E (7.9km) → F (9.3km) → G (9.9km) → H (11.6km) → D (14.3km) → B (15.8km) → A (18.2km)
  - 9kmの部  
A → B (2.4km) → C (3.4km) → D (5.5km) → B (7km) → A (9.4km)
- 舗装路部分    → 未舗装路部分

WC : トイレ  
水 : 天然水  
AS : エイドステーション

— マウンテンランコース  
— 道路  
— 河川