

【コース内容】

枚岡公園管理事務所⇒額田バイパス北⇒中展望⇒額田山展望台北
⇒額田山展望台⇒額田山展望台南⇒豊浦橋⇒椋ヶ根橋

集合場所

公園管理事務所
標高 116m

解散場所

椋ヶ根橋
標高 118m

《注意事項》

- 前日11月7日の午後5時時点の気象庁予報で、当日（11月8日）午前の大阪府の降水確率が50%以上の場合は中止とします。
- 万が一ケガ等の事故が発生した場合、簡易な応急措置以外は出来ません。また、責任は負いません。
- 設定したコースから離脱される場合は必ずスタッフに連絡した上で、個人の責任でお帰りください。

凡 例

- 平均斜度 5°未満
- 平均斜度 5°以上 10°未満
- 平均斜度 10°以上 15°未満
- 平均斜度 15°以上
- 区分点
- トイレ
- 休憩所
- 枚岡公園区域
- 多目的トイレ

- コース・インフォの見かた
- コースの進行方向
- 区間歩行距離
- 5-7METs 速度
- 0分
- 0分
- 4-5METs 速度

※「-分」は4METs以上の強度を得られない斜度のコースです。
※下り方向は斜度・速度にかかわらず、一律3.5METsです。

0 50 100 150 200 300m

※標高値は、国土院公開200m間隔地形図(5mメッシュ)およびGoogle Earth 計測値を基に算出しています。