



忍頂寺スポーツ公園 竜王山荘
 所長 森川 哲
 MORIKAWA SATORU

2017年4月に当施設所長に着任し、
 環境の良さに感動！
 これはジョギングにもBIKEにも
 うってつけのトレーニング環境だ。

早速、トレーニングコースを探す毎日。
 どこを走っても、
 GOODなトレーニングコースには
 違いはないけど・・・

とりあえず5KM前後の程良い起伏の
 あるコースを設定してみた。
 ＊下記地図参照



＊＊所長のジョギングコース＊＊

- スポーツ公園スタート入口右折 → 信号左折 → ガソリンスタンドを通過して左折
- たんぼ道を道なりに走る(しばらく下り) → そのうちに二股になるので左折(のぼり)
- 道なりに走る → ふたまたを右折 → つきあたり右折 → 道なり → 見山の郷を通過
- 一般道を一瞬走り、たんぼ道にもどる → 来たルートをもどりスポーツ公園にもどる
- 公園内をグラウンド方面にくだる → グラウンドを過ぎて遊具の脇を走りさらにくだる
- 南門まできたらユーターン → ひたすら登って正門がGOAL!!!

「読んでも分からないだろな・・・」

今はひとりで走ってるけど、いつか練習会とかしようって思ってます・・・

季節を感じて走れるって素敵です。。ぼちぼちがんばろう!!!

所長より