

クアの道®

天童高原コース

クアの道®(健康の道)はドイツのクアオルト(療養地)で設置されている健康増進のための道を参考にしたものです。

森の中や傾斜のある道を活用し、楽しく快適に歩行し、生活習慣病の予防や健康増進に取り組みましょう。

●コース全長3.5km | 累積高度差199m

「クアの道®天童高原コース」は、全長3.5km、累積高度差199mとなっており、体に程よい負荷を掛けながら歩くことができます。高原ならではの四季折々の自然と眺望をお楽しみください。



①～⑩ コース行程

👉 心拍数計測ポイント

① ⑩ 地域交流センター(スタート/ゴール)

🌟 ビューポイント

⑤ 見晴らし台

⑦ 憩いのステージ

🚻 トイレ 🌊 水場

