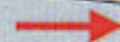




隠岐郡海士町東・宇受賀・北分コース



東・中里一周コース



ミドルコース

距離 3.2km 時間 40分 消費量 120kcal

海士小学校出発～北分住宅～中里・隠岐神社前～小学校までの一周 少しウォーキングに慣れた方が歩くのに適当な距離 海士一の平野に広がる田園、移りゆく田んぼの景色に季節を感じます。春には隠岐神社のさくらも楽しめます。

東金光寺下往復コース

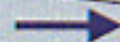


お手軽コース

距離 2.4km 時間 30分 消費量 90kcal

海士小学校出発～おしき入口～農道～小学校までの往復コース 金光寺下まで歩くにはちょっと距離が長すぎるとい方にお勧めです。田園の中に新しくできた農道はいかにも田舎道らしい風情を感じます。坂道も少なく初心者向けのコースです。

海士校下一周コース



ミドルコース

距離 3.4km 時間 40分 消費量 120kcal

海士小学校出発～宇受賀～北分～小学校までの一周コース 町並みを歩くので夜でも安気に歩けます。夕方には東・宇受賀の常連さんがグループで歩いていますよ。一周コースなので宇受賀や北分の人でも利用できます。