

予定表  
【ラン用】

AID	WC			累計距離		区間距離	想定時刻		区間時間
		林間田園都市駅	スタート						
AID	—	林間田園都市駅					8:10		
AID	○	橋本バイパス	ファミマ(橋本インター店)	3.8km	>	3.8km	8:40	>	30
AID	○	国道370	ファミマ(橋本学文路店)	9.0km	>	5.2km	9:25	>	45
AID	○	道の駅九度山	産直市場よってって (大休憩)	11.1km	>	2.1km	9:40	>	15
	○	慈尊院	町石道スタート	11.7km	>	0.6km	10:05	>	10
AID	○	町石道	矢立	25.3km	>	13.6km	12:30	>	2:25
	○	大門	ゴール	31.1km	>	5.8km		>	1:15
	○	大門	ゴール	31.1km			13:45		

【徒歩用】

AID	WC			累計距離		区間距離	想定時刻		区間時間
		慈尊院	スタート						
	○	慈尊院	町石道スタート				8:30		
AID	○	町石道	矢立	13.6km	>	13.6km	12:00	>	3:30
	○	大門	ゴール	19.4km	>	5.8km		>	1:45
	○	大門	ゴール	19.4km			13:45		