

5km(3周回)コース

1→2 約250m
2→3 約580m
3→4 約250m
4→1 約580m
1周 約1,666m

3km(3周回) 1km(1周回)コース

A→B 約250m
B→3 約250m
3→4 約250m
4→A 約250m
1周 約1,000m

A,Bブイはガイドブイ
として使用します

