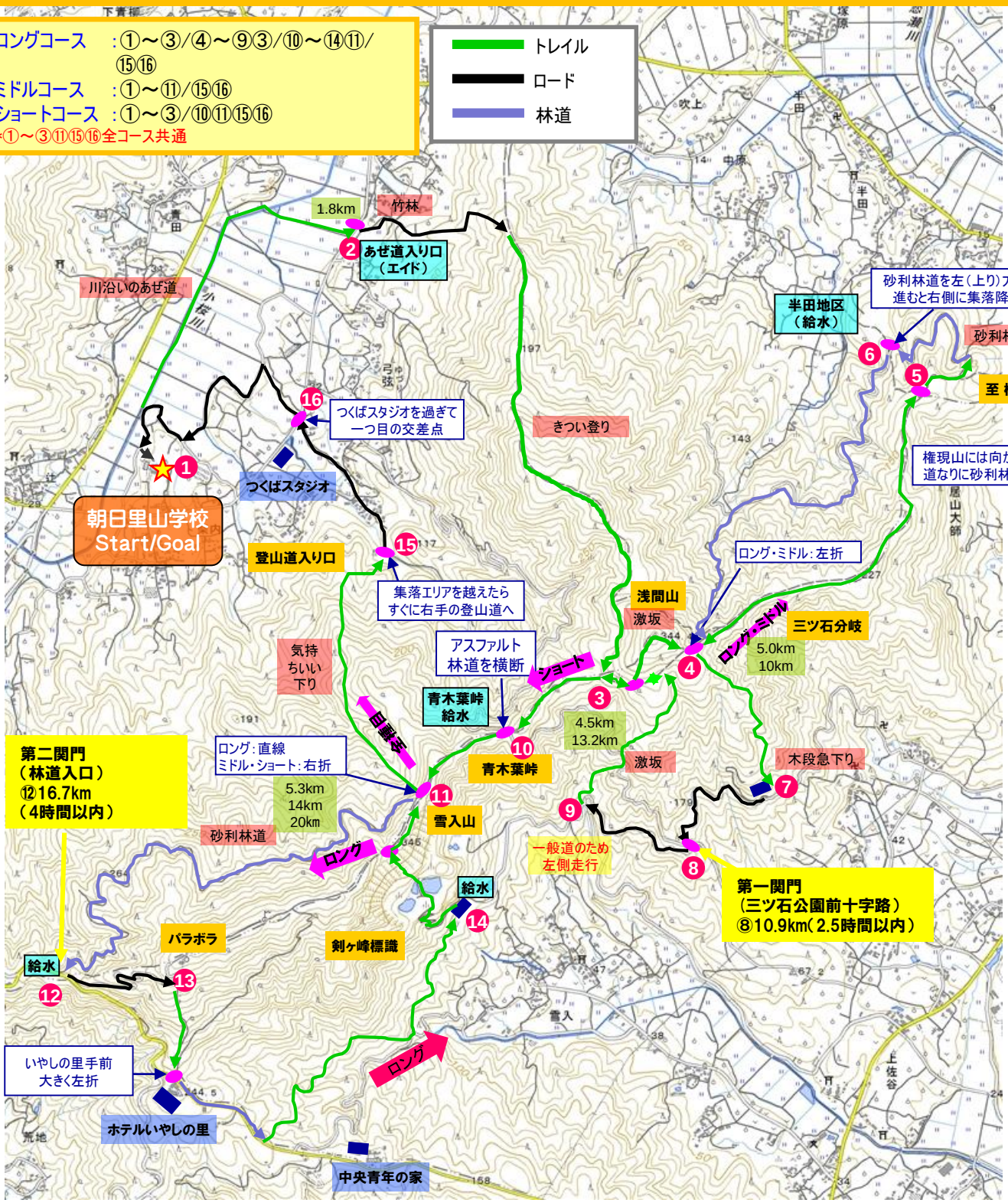
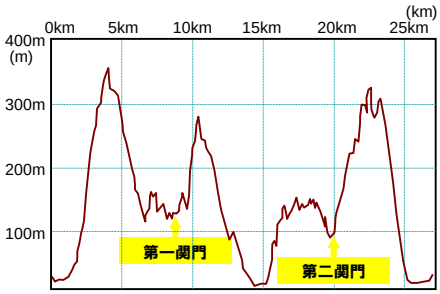
茨城国体デモスポトレイルラン記念大会コース【ショート9km・ミドル17km・ロング24km】
— National Sports Festival in Ibaraki Trail Run Course—

ロングコース　：①～③/④～⑨③/⑩～⑭⑪/⑮⑯
ミドルコース　：①～⑪/⑮⑯
ショートコース：①～③/⑩⑪⑮⑯
*①～③⑪⑮⑯全コース共通

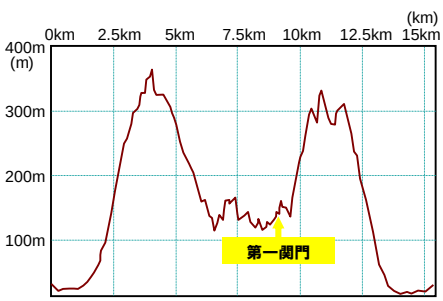


距離・高低差イメージ（*沿面距離・SRTM標高）

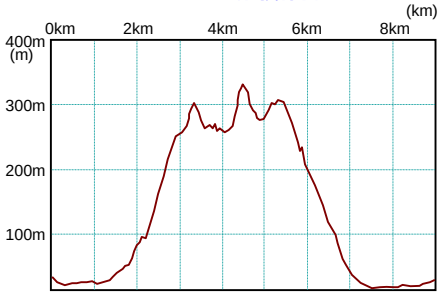
ロングコース：24km　累積標高　：1316m



ミドルコース：17km　累積標高　：843m



ショートコース：9km　累積標高　：369m



この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図25000を複製したものである。（承認番号　平26情複、第1147号）