

# ⑤ 季節を感じ歴史と文化にふれるコース

コース説明：約 11.9 km コース 所要時間：約3時間  
消費カロリー：約 540 kcal  
歩数：約17,000歩

多摩御陵、古いお寺や公園等を巡り、季節ごとの景色の変化を感じるコースです。長めのコースですが、公園で休憩を取ることもでき、途中バスを利用するなど無理なく自分のペースで楽しむことができます。  
万葉公園の高台からは、八王子全体が見渡せます。



凡 例		
コース	一般用トイレ	fi
上り坂	車いす対応トイレ	♿
下り坂	駐 車 場	P
砂 利 道	バ ス 停	♀
階 段	バス停(はちバス)	♀
専用道など	公 園	🌳
交 差 点	樹 木	🌳🌳🌳
彫 刻		★



所要時間・消費カロリー・歩数の数値

各コースの所要時間・消費カロリー・歩数は、時速4km、ウォーキング10分=30kcal、1歩=70cm、体重60kgの場合で算出しています。総距離数に、公園内の距離は含んでおりません。

1 : 18,000

0 50 500m



みころも霊堂 八十八景 建築物の景  
労働災害で殉じた人々のための慰霊堂。周辺は御衣公園と呼ばれており、菅原道真の像などがあります。



真覚寺 以前は境内の池にヒキガエルが産卵のために集まり、この様子はカエル合戦と呼ばれ、江戸時代から広く知られていました。6月中旬はアジサイが見頃となります。

健康遊具を設置しています！  
みんなで一緒にやってみよう！

ながめ良い  
東京スカイツリーが見えるので、探してみよう！

きつい坂道あり！  
健脚コースです！

学校のすぐ裏を通る

