

ロード宮城総合運動場 外周ウォーキングマップ (距離 + 標高)

外周を11のポイントに分け、区間距離と標高を調べました。

好きな区間を選んで歩いた距離がわかりますので、ウォーキングにお役立てください。

※マップ中のキャラクターは、みやぎ七字ファミリー
©みやぎ地域づくり交流会

※ロード宮城総合運動場の有料施設のご利用については、じょぶJOBジョブズ宮城体育館 (027-283-8735) にお問い合わせください。

※ぐんまフラワーパークは、休園中です。(2025年4月リニューアルオープン予定)

至 ぐんまフラワーパーク
⑩から700m

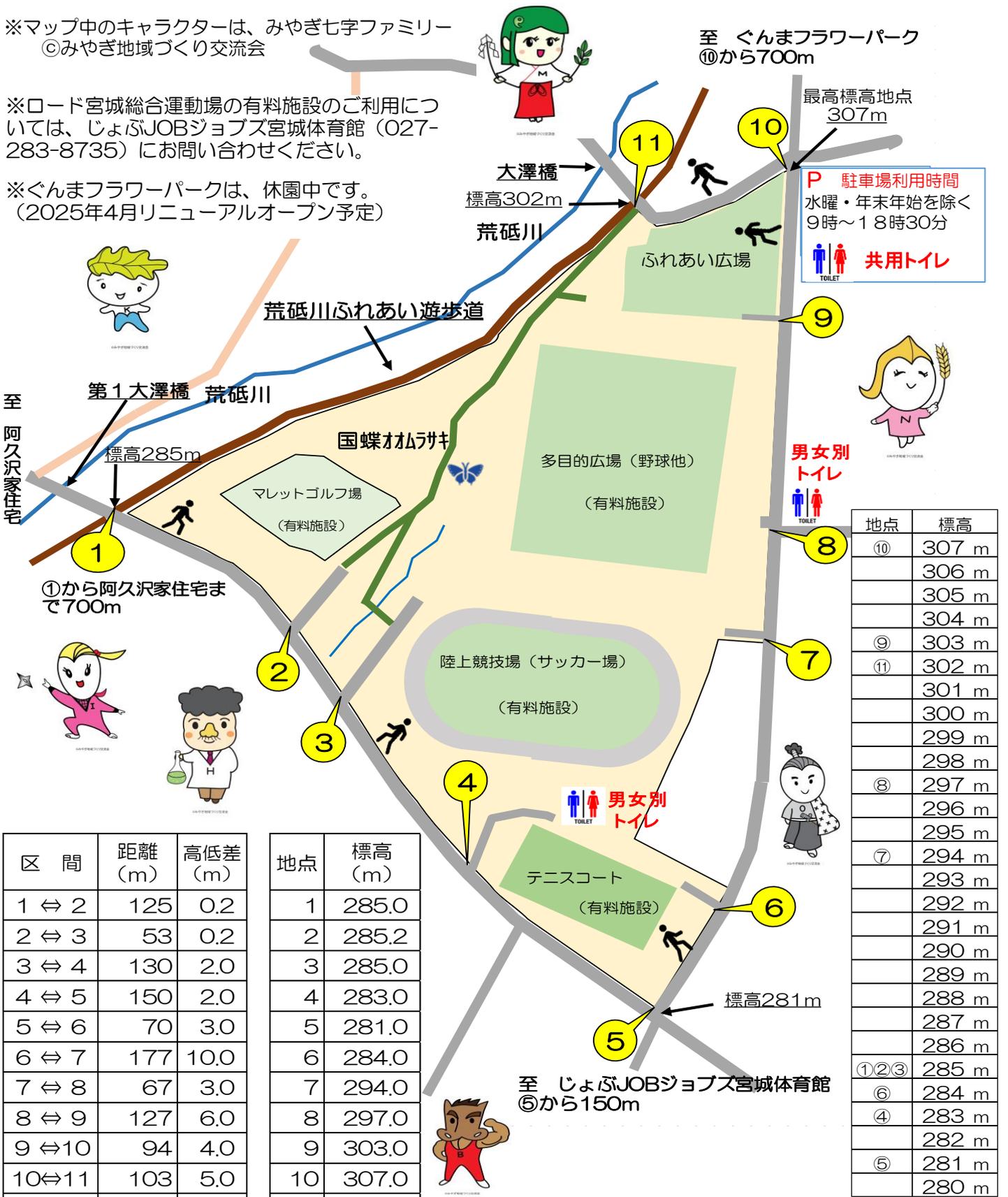
最高標高地点
307m

P 駐車場利用時間
水曜・年末年始を除く
9時～18時30分

共用トイレ

**男女別
トイレ**

**男女別
トイレ**



地点	標高
⑩	307 m
	306 m
	305 m
	304 m
⑨	303 m
⑪	302 m
	301 m
	300 m
	299 m
	298 m
⑧	297 m
	296 m
	295 m
⑦	294 m
	293 m
	292 m
	291 m
	290 m
	289 m
	288 m
	287 m
	286 m
①②③	285 m
⑥	284 m
④	283 m
	282 m
⑤	281 m
	280 m

区間	距離 (m)	高低差 (m)
1 ⇄ 2	125	0.2
2 ⇄ 3	53	0.2
3 ⇄ 4	130	2.0
4 ⇄ 5	150	2.0
5 ⇄ 6	70	3.0
6 ⇄ 7	177	10.0
7 ⇄ 8	67	3.0
8 ⇄ 9	127	6.0
9 ⇄ 10	94	4.0
10 ⇄ 11	103	5.0
11 ⇄ 1	380	17.0
一周	1476	—
1 ⇄ 5	458	4.0
5 ⇄ 10	535	26.0

地点	標高 (m)
1	285.0
2	285.2
3	285.0
4	283.0
5	281.0
6	284.0
7	294.0
8	297.0
9	303.0
10	307.0
11	302.0

※標高は国土地理院、地理院地図による。

1 → 5 : 緩やかな上り下り 高低差4m
 5 → 10 : 上り坂 高低差26m
 10 → 11 : 下り坂 高低差 5m
 11 → 1 : 下り坂 高低差17m

お問合せは、じょぶJOBジョブズ宮城体育館 027-283-8735

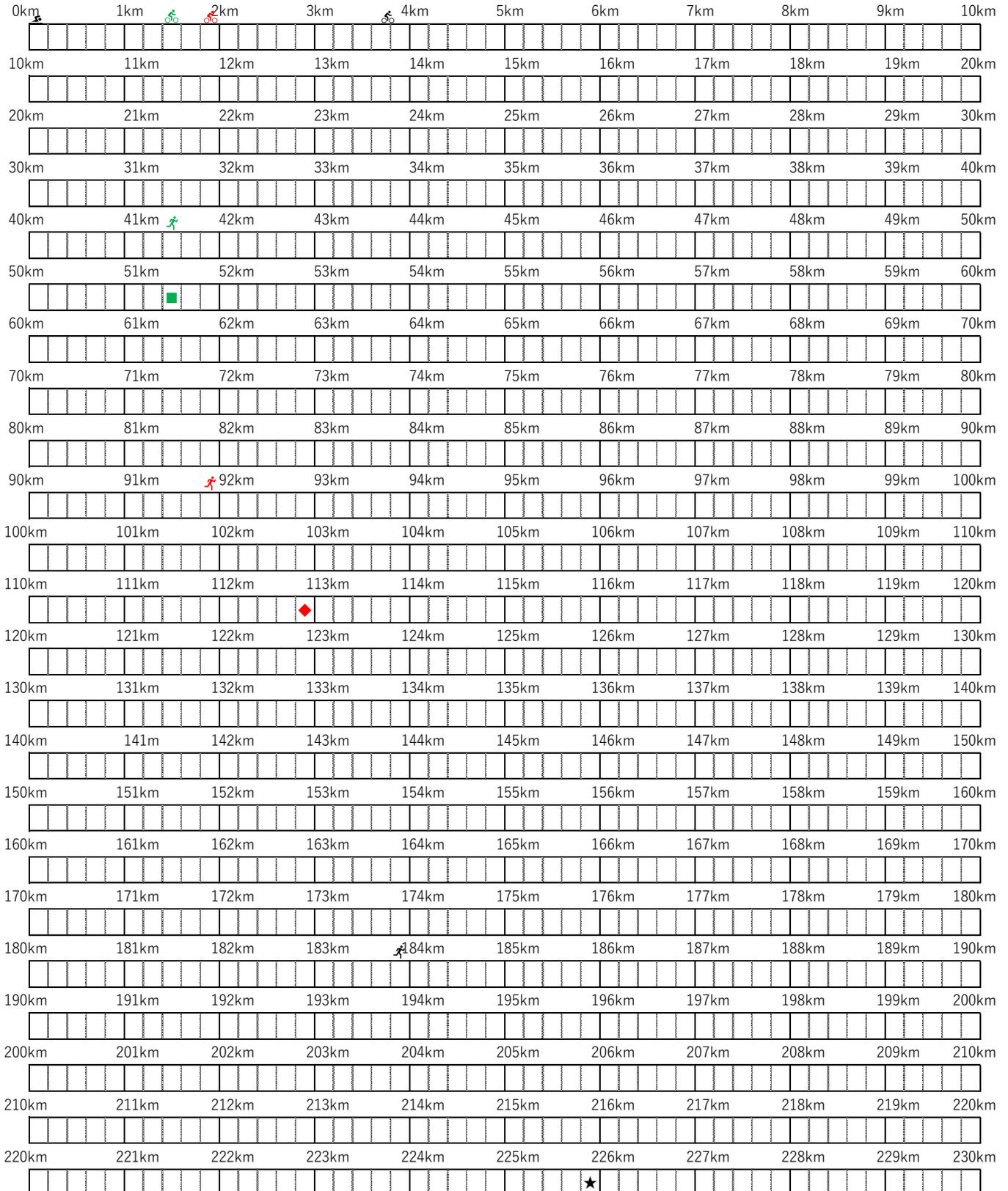
鉄人の世界を体験（累計距離）

ウォーキングの累計距離でトライアスロン競技の距離を体験してみませんか！？

トライアスロン競技種目

開始年月日: 年 月 日

- オリンピックディスタンス 5 1. 5 km (スイム1.5km バイク 40km ラン10km)
- ◆ ハーフアイアンマンディスタンス 約 1 1 3. 0 km (スイム1.9km バイク 90km ラン21km)
- ★ アイアンマンディスタンス 約 2 2 6. 0 km (スイム3.8km バイク180km ラン42.195km)



※ 1マス200m

★ アイアンマンディスタンス達成