

行進表(基準)

行程 (分)		距離(km)		時間		速度	休止地点
日 (曜)		区間距離	総距離	到着	出発		
1 行程(60分)	S P		0 k m		0800	4.0km/h	与論城跡
	#1休止 (15分)	3.8 k m	3.8 k m	0900	0915		茶花漁港
2行程(55分)	#2休止 (15分)	3.1 km	6.9km	1010	1025	3. 5 k m/h	宇勝海岸
3行程 (60分)	#3休止 (40分)	3.8 km	10.7km	1 1 2 5	1 2 0 5	4. 0 k m/h	皆田海岸
4 行程 (6 5 分)	#4休止 (15分)	3.9 km	14.6 km	1310	1 3 2 5	4. 0 k m/h	赤崎海岸
5 行程 (1 2 0 分)	# 5 休止 (20分)	6.5 km	21.1km	1 5 2 5	1555	3. 5 k m/h	供利漁港
6 行程 (6 0 分)	R P	4.0 km	25.1km	1655		4.0 k m/h	与論防災センター