

公式
認定コース

群馬県ポールウォーキング協会認定コース

川原湯温泉ポールウォーキングコース

歩けば、景色も温泉も、もっと好きになる。

自然・温泉・雄大な景観を楽しみながら、楽しく健康づくり！



ハッ場ダム



共同浴場 王湯



道の駅 ハッ場ふるさと館



水陸両用バス
(ハッ場にやがてん号)



一般社団法人
群馬県ポールウォーキング協会

コース1 ショートコース (初級) 温泉街散策におすすめ！

- 距離：約 3.0 km
- 歩行時間：約 35 分 (一般成人)
- 所要時間：約 45 ~ 50 分 (高齢者・休憩含む)
- 歩数：約 3,300 歩

見どころ 温泉街、共同浴場 王湯など



コース2 スタンダードコース ダムと絶景を楽しむ人気コース！

- 距離：約 5.5 km
- 歩行時間：約 70 分 (一般成人)
- 所要時間：約 80 分 ~ 90 分 (高齢者・休憩含む)
- 歩数：約 6,500 歩

見どころ ハッ場ダム (見学・展望)



コース3 エキスパートコース アップダウンも楽しめる健脚向け！

距離：約 5.5 km (高低差やトンネルがあるため、スタンダードコースより運動強度が高めです)

- 歩行時間：約 75 分 (一般成人)
- 所要時間：約 100 分 (高齢者・休憩含む)
- 一歩歩数：約 6,500 歩

見どころ 道の駅やんばふるさと館、不動の滝、アップダウンのある絶景



川原湯温泉
あそびの基地NOA
(スタート/ゴール)

- コース1 (ショート/初級)
約3.0km/約35分/約3,300 歩
- コース2 (スタンダード)
約5.5km/約70分/約6,500 歩
- コース3 (エキスパート)
約5.5km/約75分/約6,500 歩
- 📷 観光スポット・ビューポイント
- ♨️ 温泉・休憩スポット
- 🏠 道の駅・休憩所
- 🛏️ 宿泊施設



ポールウォーキングのマナーと注意点

- ✓ 交通ルールを守り、車に注意しましょう
- ✓ 水分補給を忘れず、無理のないペースで歩きましょう
- ✓ ゴミは持ち帰り、自然を大切にしましょう

レンタルポールを
準備しています！

川原湯温泉あそびの基地NOAで貸出中！

(手ぶらでOK！お気軽にご利用ください)

