

ジャパンエコトラック東三河



web

トレッキング・カヤック・自転車等の人力による移動手段で、日本各地の豊かで多様な自然を体感し、地域の歴史や文化、人々との交流を楽しみながら旅をする「ジャパンエコトラック」に東三河は愛知県で初めて登録され、全ルートが紹介されています。

『ジャパンエコトラック東三河』トレッキングコースの紹介

悠久の歴史を感じる参道や石畳、豊橋平野の先に広がる三河湾や遠州灘の長大な眺望など多彩な楽しみがあります

■ 宇連山登山ルート

●距離:11.2km ●最大標高差:780m
●獲得標高:1,095m ●歩行時間:6時間30分



■ 鳳来寺山登山ルート

●距離:9.6km ●最大標高差:583m
●獲得標高:843m ●歩行時間:5時間10分



■ 本宮山登山ルート

●距離:9.9km ●最大標高差:698m
●獲得標高:828m ●歩行時間:5時間20分



■ 葦毛湿原・神石山登山ルート

●距離:7.7km ●最大標高差:275m
●獲得標高:614m ●歩行時間:4時間



■ 茶臼山高原 トレッキングルート

●距離:4.3km ●最大標高差:186m
●獲得標高:277m ●歩行時間:2時間



■ 天狗棚・面ノ木原生林周遊 トレッキングルート

●距離:3.7km ●最大標高差:236m
●獲得標高:314m ●歩行時間:2時間



■ 宮路山・五井山縦走 登山ルート

●距離:12.7km ●最大標高差:398m
●獲得標高:898m ●歩行時間:4時間30分



■ たはらアルプス トレッキングルート

●距離:5.3km ●最大標高差:238m
●獲得標高:396m ●歩行時間:3時間

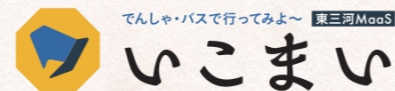


ほの国東三河 ゆる山めぐり ガイド & マップ



東三河 MaaS 「いこまい」

東三河のゆる山へ公共交通機関でお出かけの方はこちらのWEBアプリの利用が便利です



web

東三河アウトドアフィールド



web



Instagram

「ほの国」東三河（愛知県東部）には海、山、川、湖などのアウトドアフィールドの魅力や各所で展開されるアクティビティが豊富にあります。東三河8市町村のアウトドアフィールドのイベントや各地の施設情報などをお届けします。

2026年5月発行

ほの国 一般社団法人
ほの国東三河観光ビューロー

〒440-0075
愛知県豊橋市花田町字石塚 42-1
(豊橋商工会議所 8 階)
TEL.0532-21-8511
higashimikawakanko@honokuni.or.jp
https://www.honokuni.or.jp



web



Instagram



Facebook



一般社団法人 ほの国東三河観光ビューロー

- 豊橋
- 豊川
- 新城
- 設楽
- 蒲郡
- 田原
- 東栄
- 豊根

