

小倉北区

# 競馬場外周、紫川中流散策

4.3km [所要時間 約70分]

約6,140歩

消費カロリー(目安) 238kcal

- おにぎりだと1.5個分
- トーストだと1.4枚分
- リンゴジュースだと3.1杯分



## このコースのおすすめ

CHECK POINT

藪瀬橋歩道橋までの間は、季節によってサギやカモの群れを見ることができます。  
 河川敷に咲く、春の菜の花、秋の彼岸花や、競馬場外周の樹木の紅葉も美しいです。



## ウォーキングルート

WALKING ROUTE



### ウォーキングの際の注意点など

- 藪瀬橋歩道橋を渡ってから競馬場入口までは、歩道が狭いのでご注意ください。
- こまめに水分補給を行きましょう。
- 少しでも体調が悪く感じたときは、無理をしないようにしましょう。

