

小倉北区

健康ウォーキングコース

3 km 所要時間
約 60 分

約 4,290 歩

消費カロリー(目安) 204kcal

- おにぎりだと1.3個分
- トーストだと1.2枚分
- リンゴジュースだと2.6杯分



このコースのおすすめ

CHECK POINT

小倉北地域のスポーツやレクリエーションの中心施設として愛されている三萩野公園を中心に歩く周回コースです。周辺には、九州でも最大級のイベント施設であるメディアドームが存在します。



ウォーキングルート

WALKING ROUTE

スタート

1 三郎丸市民センター

3 ウォーキング周回コース3周

ゴール

三郎丸市民センター

2 メディアドーム

ウォーキングの際の注意点など

- 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。

