

小倉北区

森林公園こもれびコース

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

圓通寺に寄ると杉田久女の「三山の高嶺つたひや紅葉狩」の他、二つの句碑を見る事ができます。
足立山、妙見山、小文字山を背後に企救自然歩道も楽しめます。山麓の「こもれびの小径」は整備されており、車道に並行する遊歩道もボランティアの方の掃除により、気持ちよく歩くことができます。



ウォーキングルート

WALKING ROUTE

スタート

1 寿山市民センター

2 広寿山福聚寺

3 足立青少年の家

4 こもれびの小径

5 メモリアルクロス五百羅漢

6 望玄荘 展望台

7 山門町交差点

ゴール

寿山市民センター

ウォーキングの際の注意点など

- 山麓に沿った山中の遊歩道は、雨後には滑りやす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。

