

小倉北区

足立山麓森林浴コース

5 km [所要時間] 約 90 分

約 7,140 歩

消費カロリー(目安) 306kcal

- おにぎりだと1.9個分
- トーストだと1.8枚分
- リンゴジュースだと4.0杯分

このコースのおすすめ

CHECK POINT

森林公園の桜、もみじ谷の紅葉など自然を感じることができます。広寿山福聚寺、和気清麻呂公像、メモリアルクロスなどがあり、望玄荘展望台からは市内を展望できます。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。

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 赤松林の森

4 森林公園

5 妙見宮

6 和気清麻呂公像

7 こもれびの小径

8 やすらぎの広場(もみじ谷)

9 メモリアルクロス五百羅漢

10 望玄荘 展望台

11 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。

