

小倉北区

# 中井街めぐりコース

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

のんびりと中井の街をめぐるところです。  
板櫃川では野鳥や魚などを見ることができ、九州工業大学  
や中井第二公園の移りゆく木々の色合いなど、四季折々の  
表情を楽しむことができます。



## ウォーキングルート

WALKING ROUTE

### スタート

1 中井市民センター

2 中井第二公園

3 境川公園

4 中原中学校

5 九州工業大学

6 持田橋

### ゴール

中井市民センター

### 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。

