

小倉南区

公園・神社・寺めぐり

5 km [所要時間 約 90 分]

約 7,140 歩
消費カロリー(目安) 306 kcal

- 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

三萩野公園では、ジョギングも楽しめます。
また、コースの途中には、神社・寺が5ヶ所もあり、お寺めぐりも楽しめます。

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

- 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。

