

小倉南区

# 文化記念公園散策コース

3.2km [所要時間 約60分]

約4,570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

文化記念公園内日本庭園は、春は桜、つつじ、花水木と華やかだ気分、その後の新緑は心を癒してくれます。秋は紅葉、銀杏がきれいで東屋からの眺めもおすすめです。特に4～5月は最高の眺めです。



## 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。

