

小倉南区

志井公園コース

3 km [所要時間 約 60 分]

約 4,290 歩
消費カロリー(目安) 204 kcal

- 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

周回する志井公園は、アドベンチャープール(志井ファミリープール)と多目的広場、芝生広場で構成された公園です。水と緑に囲まれた、家族の憩いの場として利用されています。

ウォーキングルート WALKING ROUTE

スタート	4 志井公園
1 企救丘市民センター	▼
2 モノレール志井駅	5 企救丘小学校
▼	▼
3 モノレール企救丘駅	6 志徳橋
▼	▼
ゴール	企救丘市民センター

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。

