

小倉南区

紫川河畔公園コース

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

紫川の川沿い今町河畔公園の対岸を歩く散策コースです。美しい水面と、豊かな自然に集まる生きものたちを眺めながら四季を感じる、憩いのコースです。

ウォーキングルート WALKING ROUTE

スタート	5 紫川河畔公園
1 北方市民センター	▼
2 北方三交差点	▼
3 北方大橋	▼
4 北九州市立大学青嵐グラウンド	▼
ゴール	6 小倉競馬場
	▼
	7 競馬場前交差点
	▼
	ゴール
	北方市民センター

ウォーキングの際の注意点など

- こまめに水分補給をしましょう。
- 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。

