

戸畑区

健康遊具体験コース

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

春には桜、初夏には菖蒲の花が咲きそろう名所として知られる夜宮公園。園内では、健康遊具の体験もでき、みんなの憩いの場として親しまれています。

ウォーキングルート WALKING ROUTE

スタート	6 夜宮公園
1 東戸畑市民センター	▼
2 戸畑郵便局	7 九州工大前交差点
▼	▼
3 黒田公園	8 戸畑東本町公園
▼	▼
4 ひびき高校横交差点	9 旧唐津街道
▼	▼
5 沢見交差点	ゴール
▼	東戸畑市民センター

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時は、無理をしないようにしましょう。

