

戸畑区

文化と自然のコース

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

国の重要文化財である旧松本家住宅をはじめ、菅原神社など、戸畑地区の文化を感じることができるコースです。
四季折々の花々が美しい表情を見せる夜宮公園など、自然を感じながらのウォーキングを楽しんでください。



ウォーキングの際の注意点など

- こまめに水分補給を行いましょう。
- 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。

