

若松区

旧街道ゆっくりウォーク

3.5 km [所要時間 約 70 分]

約 5,000 歩

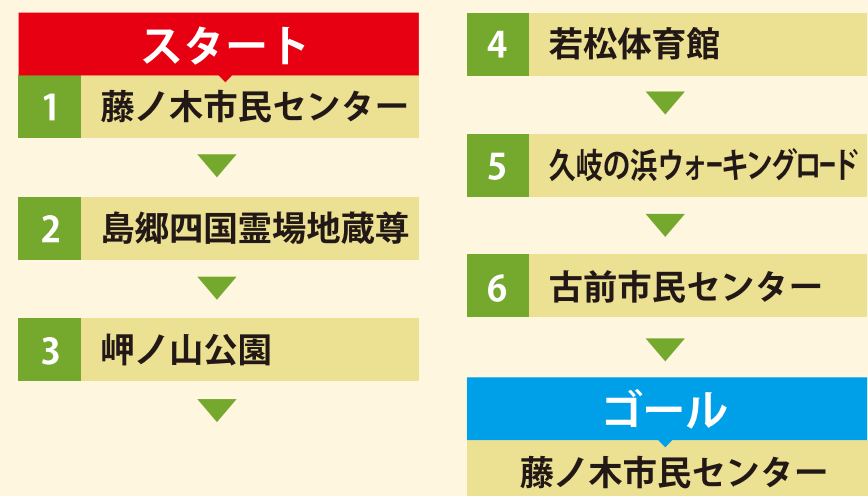
消費カロリー(目安) 238 kcal

- おにぎりだと1.5個分
- トーストだと1.4枚分
- リンゴジュースだと3.1杯分

このコースのおすすめ CHECK POINT

岬ノ山公園、高塔山から岬ノ山に延びる半島が亀の首に見えるところから別名「亀の首」とも言います。洞海湾をほぼ一望できる景色のいい丘、春は桜、周回道路はウォーキングや各種トレーニングに絶好のポイントです。
朝は日の出、夕べは夕焼けがまた格別です。
このコースは修多羅から芦屋に抜ける街道であり、昭和の始めまでは岬ノ山公園のふもとまで海でした。

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。

