

若松区

緑地ゆっくりコース

5 km [所要時間 約 90 分]

約 7,140 歩

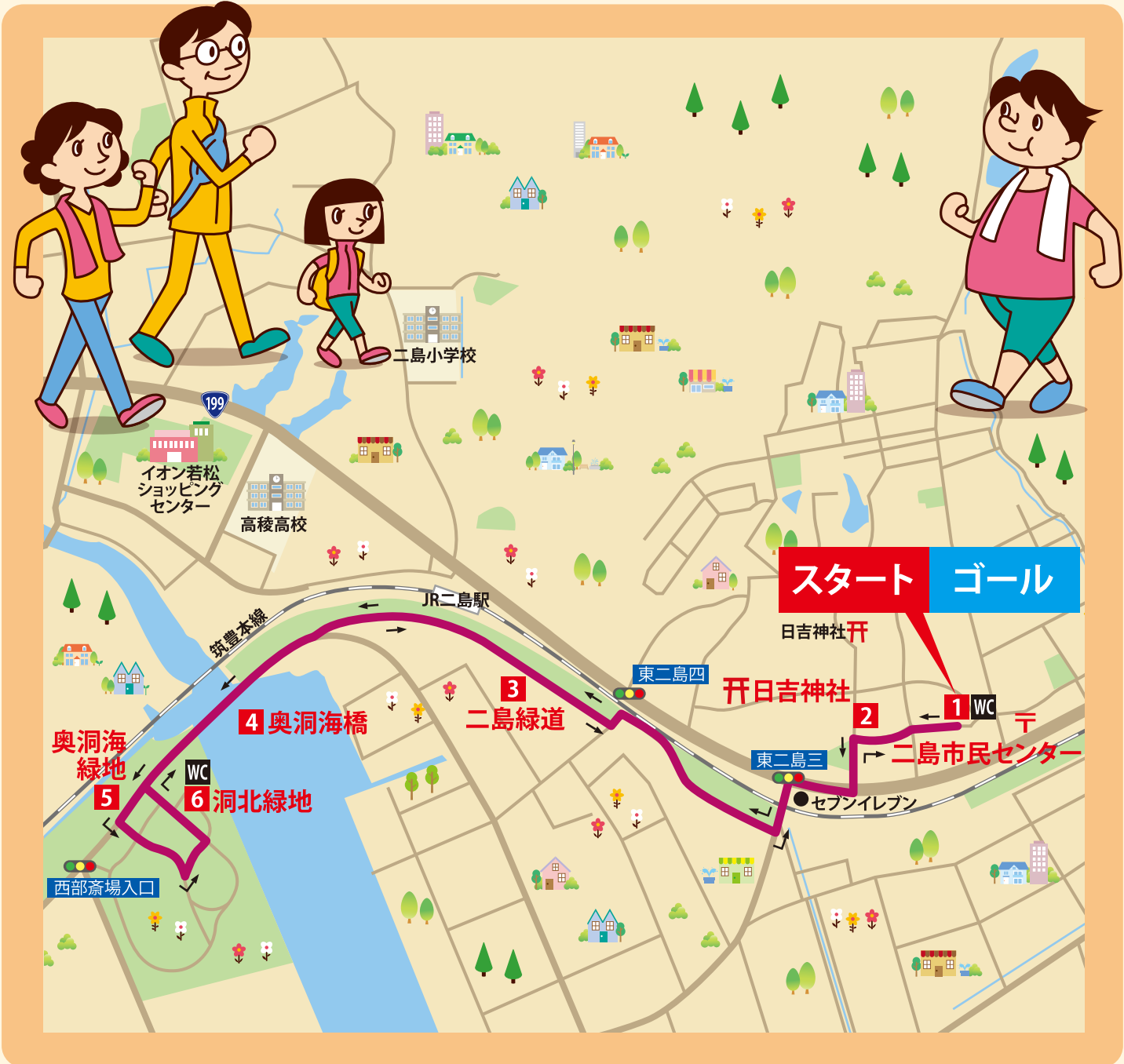
消費カロリー(目安) 306 kcal

- おにぎりだと1.9個分
- トーストだと1.8枚分
- リンゴジュースだと4.0杯分

このコースのおすすめ CHECK POINT

このコースは、石炭の全盛期にはニッタン高松の構内で、二島緑道は炭鉱で働く人の住宅地でした。
洞北緑地は炭鉱の跡地、西側に見えるイオンショッピングセンター、高稜高校の辺りは日本板硝子の跡地です。

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。