

若松区

緑道1周ゆとりコース

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

住宅造成時施行された緑道で、歩行者専用道路なのでのんびりゆっくり緑を楽しみながら歩ける、お勧めのスポットです。市民センターに隣接した高須東四丁目公園で準備体操等ウォーミングアップして出発できます。

ウォーキングルート WALKING ROUTE

スタート

1 高須市民センター

2 高須東四丁目公園

3 高須公園

4 高須小学校前交差点

5 草枕緑道

6 高須西1丁目南公園

7 高須西一交差点

8 思楽緑道

ゴール

高須市民センター

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ときは、無理をしないようにしましょう。

