

八幡西区

らくらくコース

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

なんじゃもんじゃ通りでは、5月頃には白い花が咲き、上津役公園は、春は桜、秋は銀杏がきれいな所で、季節を感じながらベンチで休憩するのも楽しい場所です。
円応寺入口右手の畑で、子供(子ども服を着たカカシ)が出迎えてくれます。



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

- 平坦なコースなので、楽しく廻ることができます。
- 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。

