

八幡西区

奥洞海・洞北緑地めぐりコース

5.8km [所要時間 約100分]

約8,290歩

消費カロリー(目安) 340kcal

- おにぎりだと 2.1個分
- トーストだと 2枚分
- リンゴジュースだと 4.4杯分

このコースのおすすめ CHECK POINT

洞北緑地は、子供が遊べる遊具が設置してある公園の他に、大きな広場やグラウンドもあり、野球やサッカー、自転車の練習など様々な用途で利用できる公園です。
また、桜の木が多く植えられていて、春には花見に訪れる方で賑わっています。

ウォーキングルート WALKING ROUTE

スタート	4 本城橋
1 赤坂市民センター	▼
2 奥洞海緑地	5 夕原大橋
▼	▼
3 洞北緑地	ゴール
▼	赤坂市民センター

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時は、無理をしないようにしましょう。

