

八幡西区

地域の公園めぐりコース

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

坂道、階段がほとんどなく、平坦なコースです。
市民の憩いの場である竹末市民センターからはじまり、地域内の公園を5つめぐるコースで、お子様やお年寄りにもおすすめです。

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
- 車両通行の多い道路の横断は、信号のある交差点を通りましょう。
 - 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。

