

八幡西区

香月市民の森・森林浴コース

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

香月市民の森は、市街地にありながら気軽に森林浴やウォーキングを楽しめる公園です。
春には、約600本もの桜が咲き花見で賑わい、秋には紅葉が楽しめる遊歩道もあります。

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

- こまめに水分補給をしましょう。
- 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。

