

八幡西区

まちなかのオアシスメぐり

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1.1個分
- トーストだと1個分
- りんごジュースだと2.2杯分

このコースのおすすめ CHECK POINT

撥川の川辺と水の流れ、岡田公園の桜並木、曲の松並木など、自然を感じながらウォーキングができます。
また、鳴水市民センターや黒崎ひびしんホール、岩田公園など、市民の憩いの場も多いコースです。

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

- 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。

