

八幡西区

星ヶ丘校区 さわやかコース

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
- りんごジュースだと 2.6杯分



このコースのおすすめ

CHECK POINT

舞岳神社は、正応2年(1289年)、舞岳山の頂に祀ったのが始まりで、いつの頃から麓の松林の中に社を建て、山頂の神を勧請し下宮としたのが現在の社となった云われています。



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。

