

八幡西区

笑顔いっぱい、元気いっぱいのまち、みつさだ
北九州学術研究都市コース

4 km [所要時間 約 70 分]

約 5,710 歩
消費カロリー(目安) 238 kcal

- おにぎりだと1.5個分
- トーストだと1.4枚分
- リンゴジュースだと3.1杯分



このコースのおすすめ

CHECK POINT

北九州市立大学、早稲田大学、九州工業大学があり、
大学内の図書館は市民も利用できます。
食堂も利用可能です。
サクラ通り(春の道) ケヤキ通り(夏の道)
モミジ通り(秋の道) ツバキ通り(冬の道)
四季折々の街路樹が整備されていて、ウォーキングに
最適です。



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

- 始めにゆるやかな登り坂が1.5kmほどあります。
- 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。

