



小坂Iコース <小坂地区>



小坂Iコース

コースの紹介 のんびり田園風景を眺めながらのコースです。なんだか懐かしいようなホットするコースです。アップダウンもなく歩きやすいコースです。

出発点・終点 コース上に自由に設定してください

距離 約 2.9 km

所要時間 約 22 分

- コメント**
- 側道があるので、距離を長くしたり、短くしたりが可能なコース。自分の体調に合わせて調整してください
 - 川沿いの歩道はガードレールが無く、注意が必要です
 - ほとんど街灯はありませんので、夜間は注意が必要です

●消費カロリーのめやす

男性(体重65kg):約188.5キロカロリー

女性(体重55kg):約159.5キロカロリー

川岸での
ウォーキングは
最高ですよ!

