



# 小坂Eコース <小坂地区>



## 小坂Ⅱコース

**コースの紹介** 交通量も少なく、適度な坂道もあり、ウォーキングには適したコース。

**出発点・終点** コース上に自由に設定してください

**距離** 約3.1 km

**所要時間** 約37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
- ほとんど街灯はありませんので、夜間は注意が必要です
- フタのない側溝があるので注意が必要です

●消費カロリーのめやす

男性(体重65kg):約201.5キロカロリー

女性(体重55kg):約170.5キロカロリー

森林浴など  
自然をいっぱい  
楽しもう!

