

森安公民館コース

地元のひとたちでつくった

ウォーキングマップ



このマークは横断歩道です。
交通ルールを守って
歩きましょう



このマークは踏切です。
気をつけて
渡りましょう



- ① 二大神社を巡るコース ■■■
- ② 丸山公園散歩コース ■■■■

日頃の健康づくり運動習慣におススメ

ゆったりとウォーキングを楽しみたい方におススメ

	距離	時間	消費カロリー
①	約3,080m	ゆっくり歩く 1時間00分 早歩き35分	約146kcal
②	約1,780m	ゆっくり歩く 約33分 早歩き約18分	約84kcal

所要時間は、ゆっくり歩く(時速3.2km)、早歩き(時速5.5km)で算出しています。

森安健幸サロン あじさいの会

活動日時 第2・第4木曜日

活動場所 森安公民館(川崎町大字池尻410)

活動内容 体操や脳トレなどを楽しく続けています

参加者募集中