

# 健幸むらたウォーキングコース

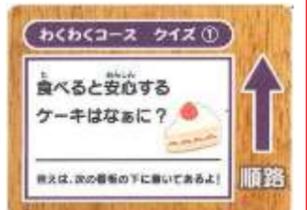


	ちびっ子わくわくコース	リフレッシュコース	よくばりコース
距離	500m	1,100m	2,400m
時間	約7分	約25分	約40分
消費カロリー ※体重50kgの方の場合	約20キロカロリー (アーモンドチョコ1個)	約110キロカロリー (りんご中1個、 ショートケーキ1/3)	約150キロカロリー (カフェテラサイズ、 プリン1個)

## ちびっ子わくわくコース

お子さんが楽しんでウォーキングができるよう、クイズを4問設置しました！ぜひ、クイズを楽しみながら歩いてみてください。

(★…コース案内図設置場所 ●…クイズ設置場所)



## よくばりコース

ちびっ子わくわくコースとリフレッシュコースを合わせたコースです。

## リフレッシュコース

スタート地点(★)から歩いた距離などが書かれている案内ポールをコース内に10本設置しています。

城山公園では、春には桜や梅、秋には紅葉など、四季折々の花草を楽しむことができます。

高台からは町中心部の景色を楽しむことができます。

(★…コース案内図設置場所 ●…案内ポール設置場所)

