

なかつがわ健康ウォーキングコース

NAKATSUGAWA Healthy walking course



1日 8000 歩
速歩き 20 分を目指そう！

会話ができる程度の速歩きを取り入れることで様々な病気が予防できるよ！



阿木コース	距離
阿木事務所～長楽寺（往復）	約 3.0 km

- 凡例
- ウオーキングコース
 - 道路
 - 河川・湖・ため池等
 - 橋
 - 田・畑・平地等
 - 芝生・山・森等