



なかつがわ健康ウォーキングコース

NAKATSUGAWA Healthy walking course

苗木さくら公園
約 700 本ものソメイヨシノ
(見頃：4月上旬～中旬)

苗木那木

病院
老人保健施設

苗木遠山史料館

苗木城公園



苗木城跡 国指定史跡の山城跡



天然の巨岩 馬洗岩

スタート

ゴール

P B2 駐車場

天守跡展望台から
恵那山、木曾川、中津川の街を一望



木曾川

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!



2022 年度 健康医療課作成

苗木コース	距離
苗木城跡 B2 駐車場～苗木城跡(往復)	約 2.5 km

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