

なかつがわ健康ウォーキングコース

NAKATSUGAWA Healthy walking course



- 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

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！



| | |
|------------------|----------|
| 中津南・東 中山道コース | 距離 |
| ふるさとのぎわい広場～旭ヶ丘公園 | 約 3.3 km |