

健康なかつがわ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!

会話が出来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!



坂本コース	距離
中津川公園	約 2.9 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