



都万地区 ①

コース:

向山集会所 → 山間の道 → 県道都万一五線 → 向山集会所

所要時間: 約30分

距離・歩数: 3.0km・4360歩

運動量: 90.3kcal

PR/勧める理由:

起伏に豊んだコース。山林の美しい空気で気分をリフレッシュ!! 途中、分かれ道で迷わないよう注意しましょう。

コース:

向山集会所 → 天健金草神社 → 向山集会所

所要時間: 約15分

距離・歩数: 1.2km・1740歩

運動量: 45.2kcal

PR/勧める理由:

距離が短く平坦なコースなので、足腰に自信のない人もこのコースなら大丈夫。

