

山武杉と桜めぐりコース

普通歩き (67m/分 歩幅56cm)
 体重 60kgの場合
 総距離 11.7km
 総歩数 20,893歩



日向駅



2.0km
 3,571歩
 89kcal

さんぶの森公園



2.2km
 3,929歩
 98kcal

妙宣寺



1.4km
 2,500歩
 62kcal



加茂神社



プラス10

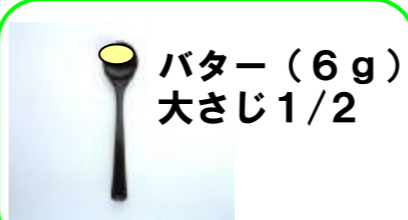
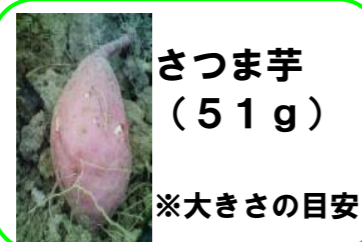
目標は1日 8,000歩!

まずは、今より10分多く歩く習慣をつけましょう。



0.5km
 893歩
 22kcal

1.5km
 2,679歩
 67kcal



長光寺



椎崎八幡神社

3.1km
 5,536歩
 138kcal

常福寺



1.0km
 1,786歩
 44kcal

【問い合わせ先】
 山武市役所
 健康支援課 成人保健係
 TEL0475(80)1171