

法音寺自治会ウォーキングコース

法音寺自治会ウォーキングコース

コースNo.	コース名	コースの色分け	歩数 (歩数幅60 ~75Cm)	距離 (約 Km)	時間(約 分)
A	上法音寺周辺 Aコース 法音寺線一周 (法音寺公民館 スタート、ゴール)	赤線	2,000	1.2	15
B	上法音寺周辺 Bコース 大楠駐在所先Uターン (法音寺公民館 スタート、ゴール)	青線	3,500	2.2	25
C	下法音寺周辺 Cコース 茶工場Uターン (白丸地区 スタート、ゴール)	紫線	3,300	2.0	25
D	下法音寺周辺 Bコース 旧大楠小学校Uターン (白丸地区 スタート、ゴール)	緑線	8,100	6.0	60

* 消費カロリーの目安

	30分	60分
50kgの人	120kcal	240kcal
60kgの人	144kcal	288kcal

