



3

中丸コース

- 歩行距離 6.5 km
- 時間 約1時間35分
- 消費カロリー※1 約290Kcal

※2 ご飯1.2杯分



※1 体重60kgの人が普通の歩行速度(約67m/分)でコースを回った場合

※2 ご飯1杯(150g)240Kcalとして計算

START

◎ 中丸学習センター

↓ 0.4 km

① 健康増進センター

↓ 0.8 km

② 氷川神社

↓ 1.2 km

③ 北本中央緑地入口

↓ 0.5 km

④ 北本中央緑地出口

↓ 0.4 km

⑤ 南部学習センター

↓ 1.5 km

⑥ 安養院

↓ 0.6 km

⑦ グリコピアイースト

↓ 0.3 km

⑧ 中丸スポーツ広場

↓ 0.2 km

⑨ 足立坂東11番札所

↓ 0.6 km

◎ 中丸学習センター

GOAL

凡例

学校	名所・旧跡	おもな公園
保育所・幼稚園	寺院	駐車場
遊具	神社	WC
ベンチ 休けいスペース	公共施設	車いす対応 WC
	案内板	

発行：埼玉県北本市

編集：北本市保健福祉部健康づくり課

協力団体：北本市レクリエーション協会

発行年月：平成27年3月