



小川町 健康長寿ウォーキングマップ

⑦腰越二区周辺コース

距離 3.40km 時間 47 分 歩数 5,667 歩 消費エネルギー141kcal

コースのおすすめポイント

パトリアおがわから北側の山に沿って歩いてみませんか。四季の変化が楽しめます。熊野神社の前を通り、大河小学校を過ぎたら折り返します。復路は^{つきがわ}槻川に沿って歩きましょう。比較的平坦なコースです。

A 熊野神社



B 大河小学校



ラジオ体操で準備運動！

さあ、出発！！

自分のペースで、楽しく、気楽に！

C ^{よろずよはし}万世橋からの眺め



WEB 版まち歩きマップ

名所旧跡の説明を

ご覧いただけます!!!



⑦腰越二区周辺コース

距離 3.40km 時間 47 分 歩数 5,667 歩 消費エネルギー141kcal

①パトリアあがわ⇒②熊野神社⇒③大河小学校⇒④大河橋手前⇒⑤パトリアあがわ

1.08km
1,800 步
15 分

0.59km
983 步
8 分

0.52km
867 步
7 分

1.21km
2,017 步
17 分



マップ作成協力 吉野光一氏

10分間歩いて消費するエネルギー

酸素の摂取量

酸素 1 lあたりのエネルギー消費量

$$6,300\text{ml} \times 5\text{kcal}$$

⇒およそ 30kcal

※消費エネルギー・所要時間は体重 60kg の人が分速

70m（ふつう歩き）で歩いた場合で算出。

※歩数は標準的な1歩60cmで算出