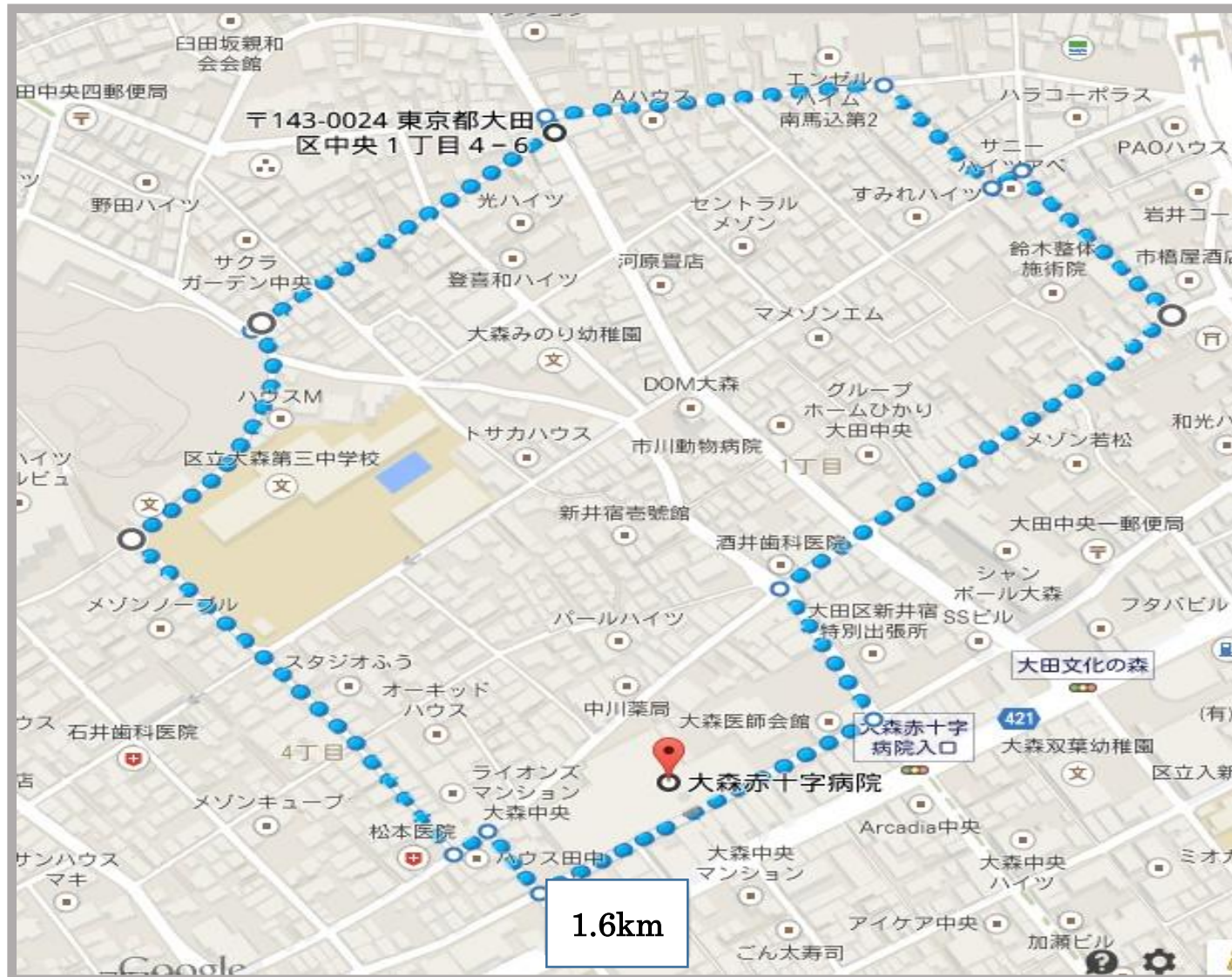


お散歩MAP ~大森赤十字病院周辺~

★20分コース/1.6km

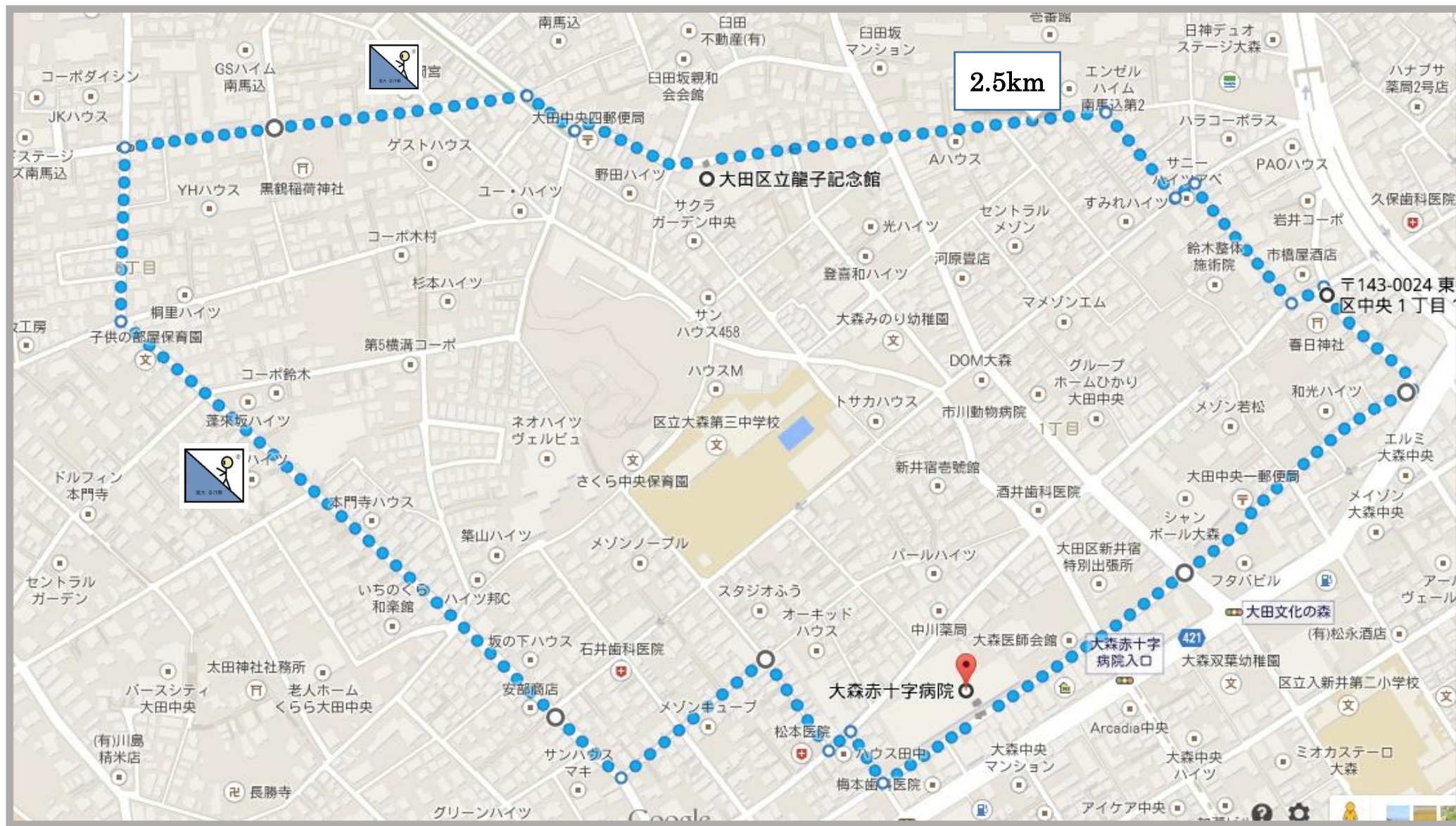


☆お散歩のポイント

- ・歩きやすい恰好で!!
例) 運動靴、ジャージ
 - ・季節に合った服装で!!
例) 夏は薄着・冬は厚木
 - ・周りの景色や変化を
楽しみながら歩く!!
例) お寺や花の観賞
- * 「自分のペース」
で歩きましょう!!

*  . . . 坂道あり

★30分コース/2.5km



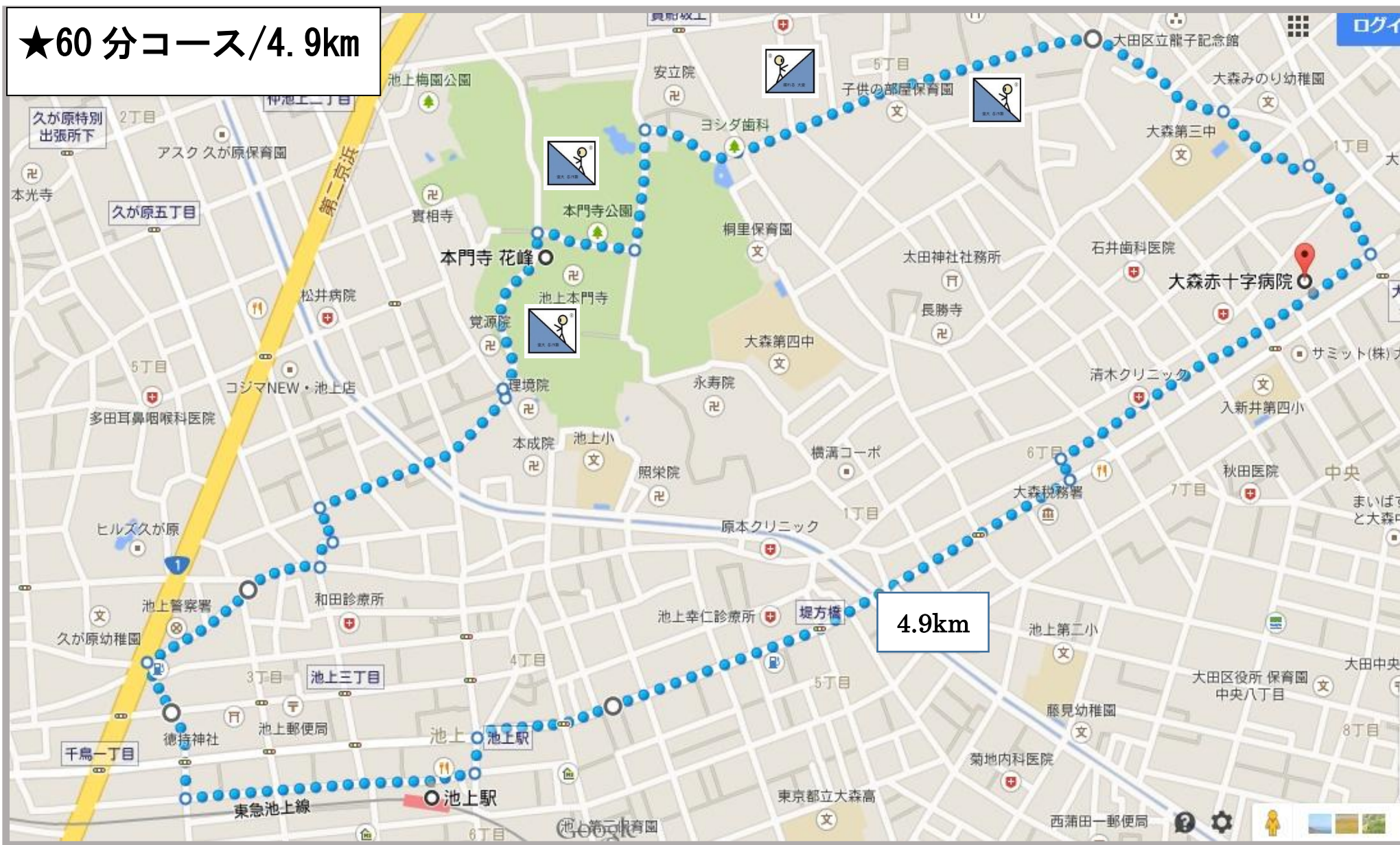
★40分コース/3.4km



★50分コース/4.1km



★60分コース/4.9km



☆時間は個人の歩く速さによって違います。時間を参考にご自身の体に合わせて歩いてください。