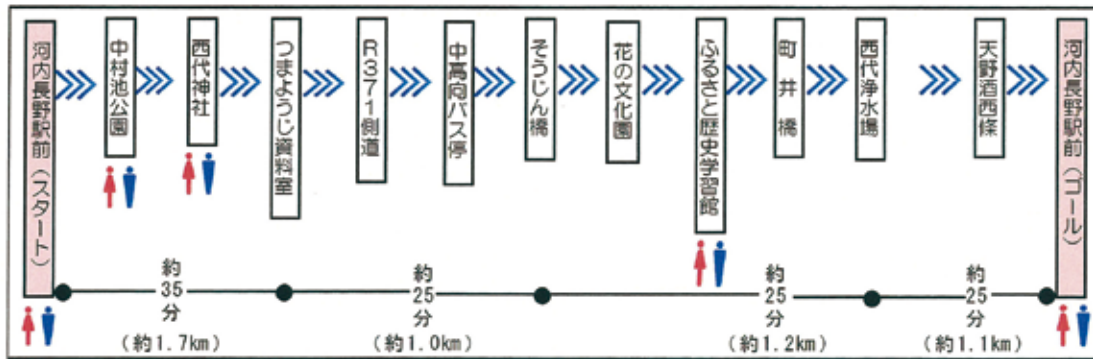
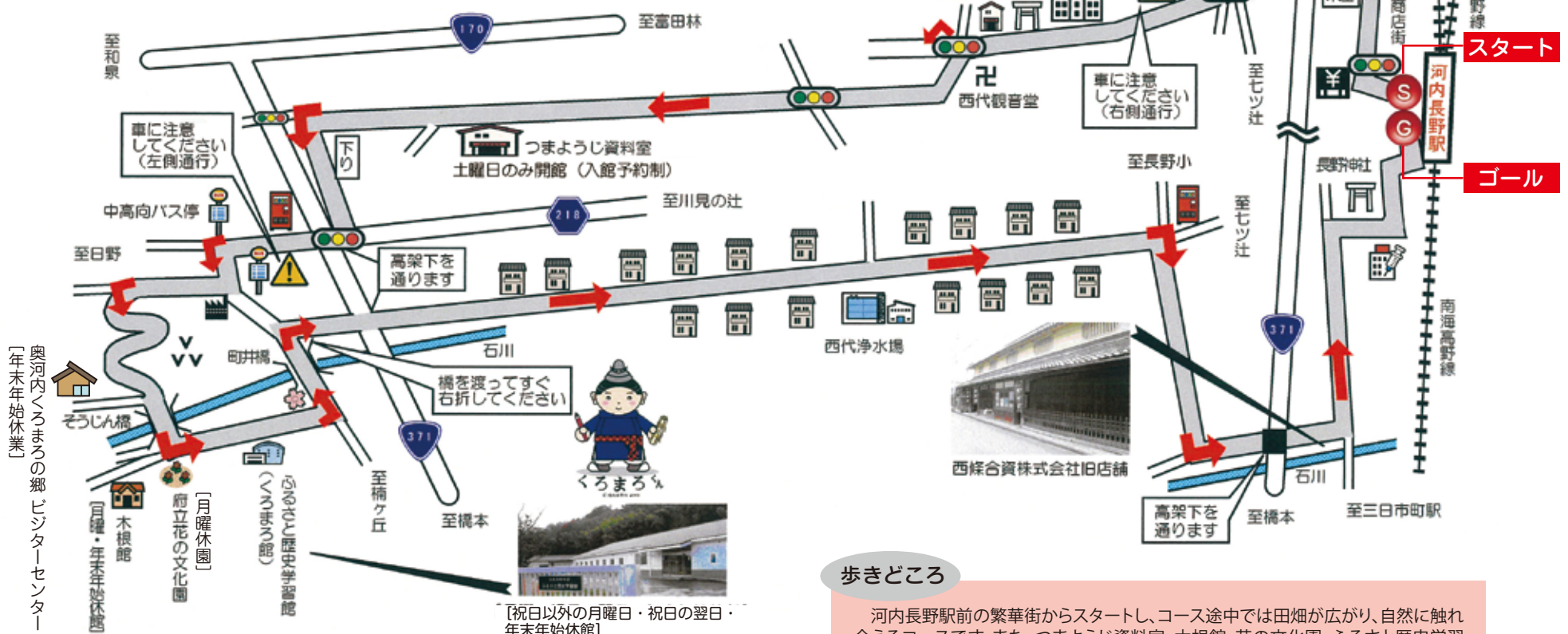


「くろまるくんおすすめ! 学んでダイエットコース」



● 距離 : 約5.0km
 ● 所要時間 : 約1時間50分
 ● 歩数 : 約9400歩



歩きどころ

河内長野駅前の繁華街からスタートし、コース途中では田畑が広がり、自然に触れ合えるコースです。また、つまようじ資料室、木根館、花の文化園、ふるさと歴史学習館などがあり、河内長野市の自然、産業、歴史、文化などを楽しく学ぶことができます。急な坂も無く、平坦で歩きやすいコースです。

○消費エネルギー(めやす) あなたの体重 $0.7\text{kcal} \times [\quad]\text{kg} \times 5.0\text{km} = [\quad]\text{kcal}$ あなたの消費エネルギー

「奥河内くろまるの郷」ビニターセンター
 「年末年始休業」

「祝日以外の月曜日・祝日の翌日・年末年始休業」