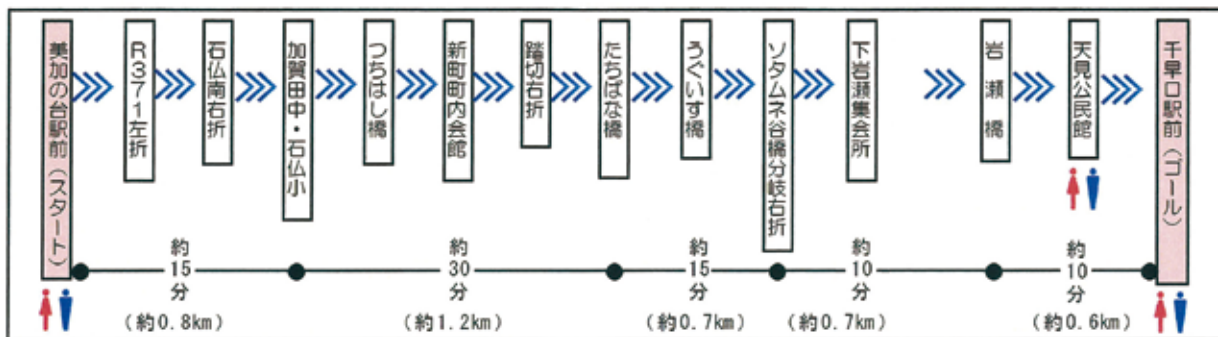
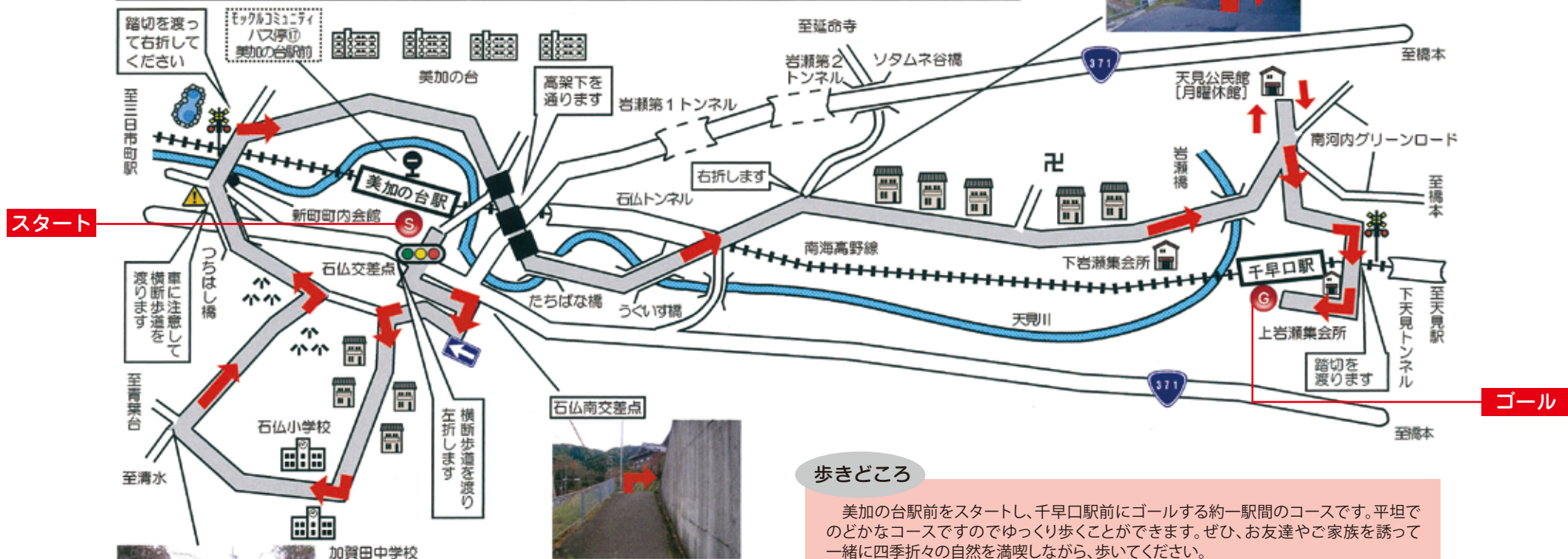


# 「酸素満腹コース」



● 距離：約4.0km  
 ● 所要時間：約1時間20分  
 ● 歩数：約8000歩



### 歩きどころ

美加の台駅前をスタートし、千早口駅前にゴールする約一駅間のコースです。平坦でのどかなコースですのでゆっくり歩くことができます。ぜひ、お友達やご家族を誘って一緒に四季折々の自然を満喫しながら、歩いてください。

○消費エネルギー(めやす) あなたの体重 あなたの消費エネルギー

$$0.7\text{kcal} \times [\quad]\text{kg} \times 4.0\text{km} = [\quad]\text{kcal}$$