

春野ふれあい公園

ウォーキング コース



消費カロリーの目安

	30分の運動で消費するカロリー	1周で消費するカロリー
散歩(60m/分)	80kcal	30kcal
速歩(80m/分)	120kcal	33kcal
ジョギング(100m/分)	160kcal	36kcal

— 春野ふれあい公園ウォーキングコース
(1周:670m)