

# 6

## 馬場～中丸・西小磯 コース

- 公園
- 馬場～中丸コース
- 西小磯コース

※距離・時間などは目安です。実際の時間・歩数・熱量は個人差がありますのでご了承ください。

### 馬場～中丸コース

**1** 運動公園入口

490m  
(計0.5km)  
時間：7分  
歩数：700歩  
熱量：21kcal

**4** 県立城山公園

850m  
(計1.3km)  
時間：12分  
歩数：1200歩  
熱量：36kcal

**5** なかまる公園



740m  
(計2.1km)  
時間：11分  
歩数：1100歩  
熱量：33kcal

**6** 馬場公園

720m  
(計2.8km)  
時間：10分  
歩数：700歩  
熱量：30kcal



### 西小磯コース

**1** 運動公園入口



850m  
(計0.8km)  
時間：12分  
歩数：1200歩  
熱量：36kcal

**2** 幹線16号線大町付近

430m  
(計1.3km)  
時間：6分  
歩数：600歩  
熱量：18kcal

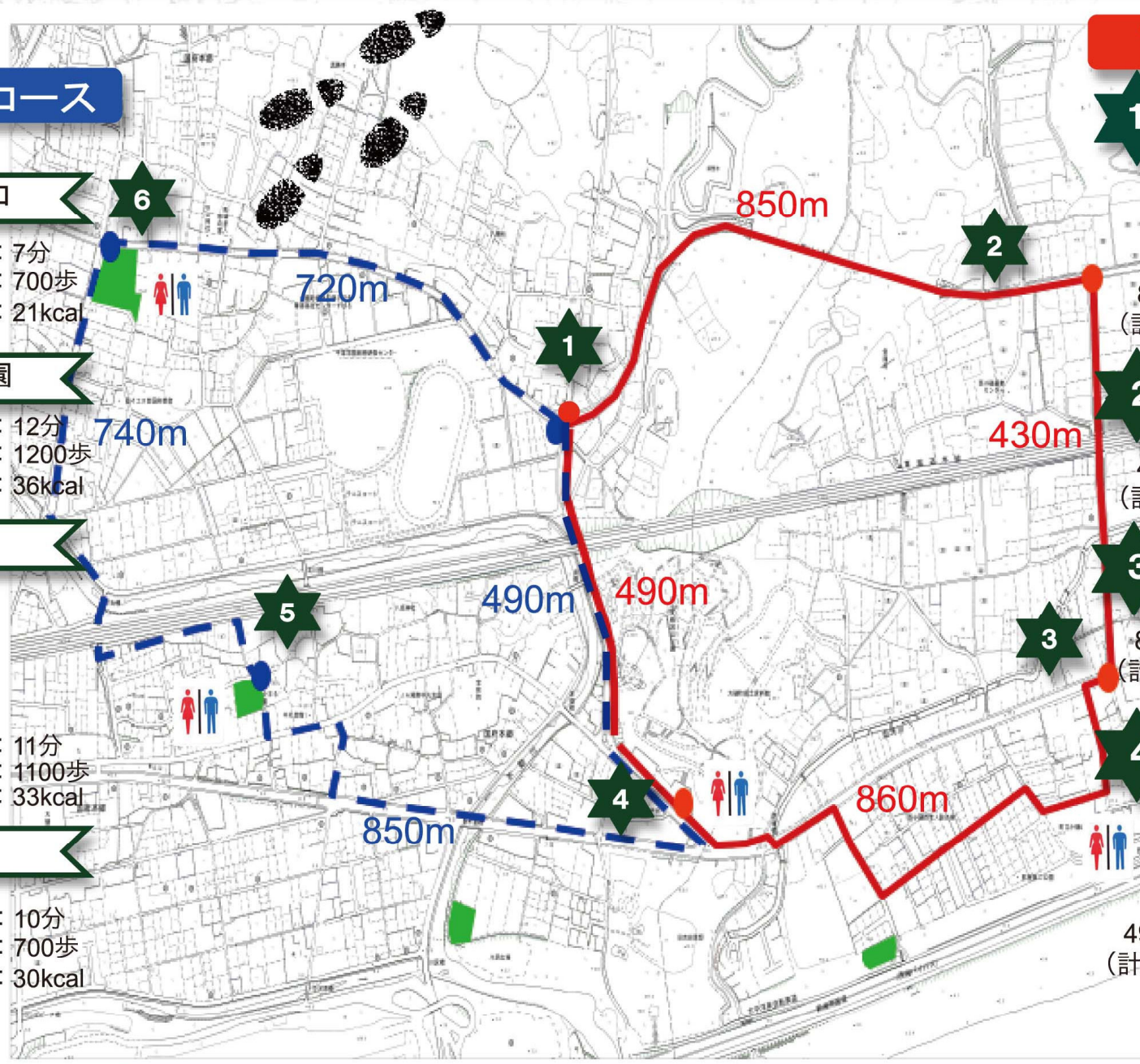
**3** 西柳原

860m  
(計2.1km)  
時間：12分  
歩数：1200歩  
熱量：36kcal

**4** 県立城山公園



490m  
(計2.6km)  
時間：7分  
歩数：700歩  
熱量：21kcal



### コース案内

全体に平坦で、曲がり少なく、見通しの良いコースです。運動公園と城山公園を中心に東西に歩くことができるコースです。少し時間があれば、東西あわせたロングコースを歩くことができます。