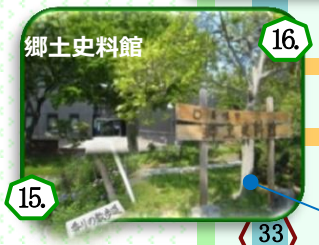
"樺戸連山を望む"

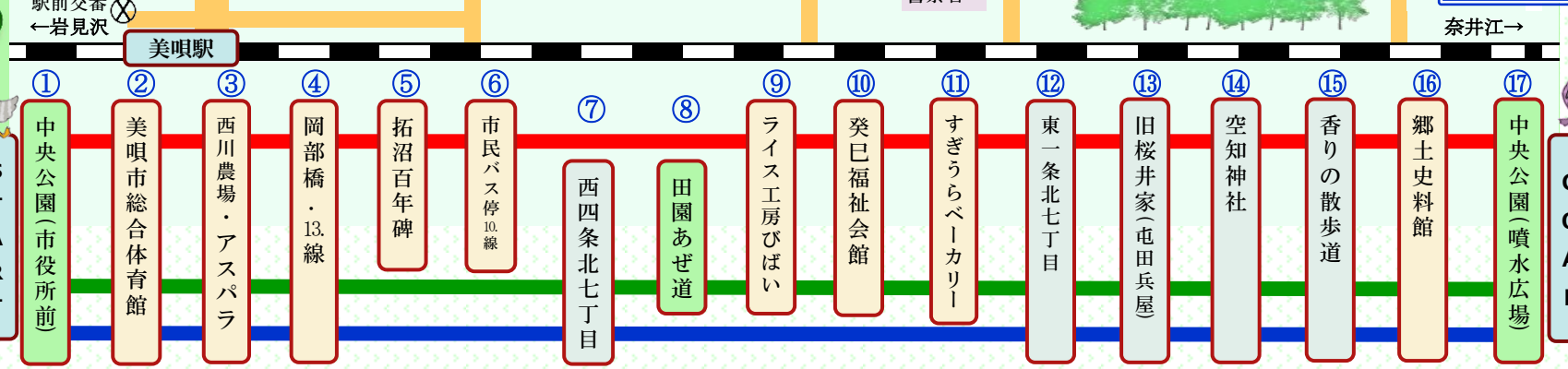
田園あぜ道コース

びばい

"すこやか"ウォーキング"

... スポーツ健康都市びばい ...





コース案内

①.かばと連山発巳コース

②.田園あぜ道コース

1.距離(全コース)...約7.6km(7.614m)

2.歩数(歩幅 62cm)...約12280歩

3.徒歩時間...約 95分(4.8km/時)

4.消費カロリー(標準)...約346kcal

おにぎり 約2.2個分

5.所要時間...約 95分～150分

(休憩お昼拝見文化財歴史)

コース案内

③.ゆったりすこやかコース

1.距離(全コース)...約5.6km(5.559m)

2.歩数(歩幅 62cm)...約 8.966歩

3.徒歩時間...約 70分(4.8km/時)

4.消費カロリー(標準)...約252kcal

おにぎり 約1.6個分

歩 程

START	① 中央公園(市役所前)	② 美唄市総合体育館	③ 西川農場・アスパラ	④ 岡部橋・13.線	⑤ 拓沼百年碑	⑥ 市民バス停10.線	⑦ 西四条北七丁目	⑧ 田園あぜ道	⑨ ライス工房びばい	⑩ 発巳福祉会館	⑪ すぎうらベーカリー	⑫ 東一条北七丁目	⑬ 旧桜井家(屯田兵屋)	⑭ 空知神社	⑮ 香りの散歩道	⑯ 郷土史料館	⑰ 中央公園(噴水広場)	GOAL