

元荒川と緑、竹林

歩行距離 約8.5km

歩 数 12,143歩 (歩幅70cm)

時 間 2時間7分

消費カロリー 378kcal   ご飯 1.6杯

・体重60kgの人が歩行速度(分速67m)で歩いた場合 ・1杯(150g)240kcalとして計算



1 陸上競技場
競技場周辺を1周するウォーキングコースがあります。



2 せせらぎ公園



トピック ~体調チェック編~

体調の変化に気を付けて、少しでも「おかしいな」と感じたら無理をしないことが大切です。ウォーキングの前に、体調チェックをし、不調なのに「大丈夫」と自己判断しないようにしましょう。また、十分な睡眠やバランスのとれた食事をして健康管理に気をつけましょう。

コース見どころ

このコースは元荒川の河川部を通ります。豊かな自然と木陰も多く鴻巣市でも隠れ道のようなコースです。気に入りましたらぜひ周りの人に教えてあげてくださいね。

見どころ 元荒川の緑・西裏用水路沿いの桜

注意事項 県道・新幹線高架橋付近の歩行、横断、郷地橋付近の歩行

A 生出塚埴輪窯出土品
国指定重要文化財です。クリアこうのすにて展示中。



3 竹林公園



西裏用水路の桜



4 上谷総合公園
市内最大の公園でサッカー・テニス・野球・スケートボードの施設があります。ウォーキングコースも完備しています。



- 凡例**
- ... 桜見所
 - ... 木陰
 - ... 信号付き交差点
 - ... 休憩所
 - ... 交通量多し

