

楽しく歩いて健康づくり！健康寿命延伸の村を目指して

山形村ウォーキングコースMAP

全長約
4.5km

消費カロリー 約**300cal**

消費カロリーは体重によって異なります。



松本平を一望する
絶景ポイント！



四ッ谷西公園



防災無線

防災無線の角を
右に曲がるよ！

西沖団地



山形保育園



山形小学校
グラウンド



山形小学校

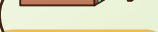
山形小学校入口

交通量が多いから
気を付けてね！

トレーニングセンター



山形村役場



折り返し地点！



保育園に向かって
信号機を曲がる！

水分補給も
忘れずに！



八幡神社へ一直線！
最後は登り坂だよ！



START
山形なるう原公園
GOAL

スタートとゴール地点は
なるう原公園！

スタート前には
しっかりと準備運動を
行ないましょう！



山形村にウォーキングコースが誕生したよ！
全長は約4.5キロ、大人が歩くと約1時間で完歩できるよ！季節で変わる綺麗な景色を眺めながらウォーキングを楽しめちゃうんだ！
みんなで一緒に、山形村を歩こうよ！



せまっち

ウォーキングコースについてのお問合せ：山形村保健福祉課 ☎0263-97-2100