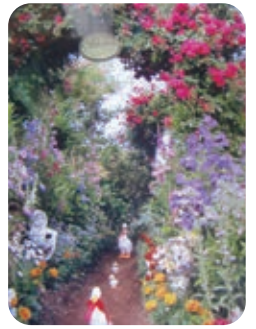


栗熊地区

栗熊花園 コース

距離 約 7km

県道278号沿い以外はアップダウンが少なく歩きやすいです。立ち寄りガーデンスポットでは、春夏はもちろん、秋冬でも美しい花、植木、多肉植物等が拝見できるお宅がありました。桜好きやガーデニング好きな人は、カメラを持ってLet'sウォーキング!



綾歌市民
総合センター
アイレックス
コミュニティバス
綾歌市民総合センター
停留所

スタート
ゴール

1 福成寺

水橋池

電照菊の
ビニールハウス

立ち寄りガーデン
スポット

勝福寺

県道278号線

綾歌保健
福祉センター

コンビニ

スタート
ゴール

特別養護
老人ホーム「華」

畦田
キャンプ場

宇閑神社
古墳

定蓮池

コミュニティバス
NEWレオマワールド
停留所

綾歌健康づくり
ふれあいセンター
「湯舟道」

コミュニティバス
湯舟道停留所

NEWレオマワールド



綾歌森林公園
多目的研修棟

栗熊地区 レオマ前 コース

距離 約 10km

上りは緩やかな傾斜が続き足を鍛える場合にお勧め。道中の至る所で、季節の植物を見たり、触れて楽しめます。中高年にとっては自然と触れ合っ楽しんで昔を思い出し、若者にとっては珍しい植物を発見でき、世代を問わず楽しめます。

レオマ前から北東を眺めると、2つの富士を一度に見ることができます。

飯野山(讃岐富士)

堤山(羽床富士)

一口コメント

ウォーキングのすすめ

今より1,000歩、多く歩こう!!

最近「運動不足だな。」と思うことはありませんか?気軽に楽しく歩くことは理想的な運動といえます。日常生活の中でほんの少し「歩く」時間を増やすことから健康づくりをスタートしませんか?

10分
(600m~700m)
の歩行が約1,000歩
となります

歩数計で
数字を確認

