



ゴール 2.8km 45分

やったーゴール!

美浜 IC

WC P

図書館・体育館

グラウンド

WC

1



1 総合公園体育館

2.5km 40分

2 吉田下池

3

水野屋敷

町民の森

奥田河和線

ハーツガーデン

4

えびせんべいの里

WC

2.3km 34分

2.0km 30分



3 吉田下池付近

健脚の方は町民の森を回るコースもあるよ!

あと少し

1.8km 27分

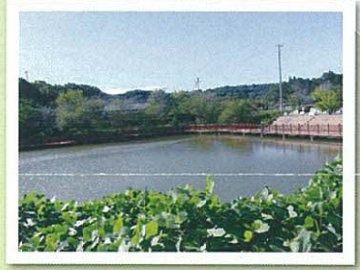
美浜クリニック

美浜 IC コスモス

4



4 美浜 IC コスモス



2 吉田下池

入口

地藏

給食センター

1.2km 18分

5 産業会館

美浜共選場

5



5 産業会館

南知多道路

小鈴谷河和線

6

のどかな風景

0.6km 9分

その調子

0.4km 6分



6 田園風景

土海道公園

スタート 保健センター

WC

美浜町役場

知多厚生病院

JA

コンビニ

名鉄河和線

至河和駅

片道 2.8km 45分 = 4,500歩
 往復 5.6km 90分 = 9,000歩
 10分 = 1,000歩

普通歩行 (分速 60 ~ 70m) 片道分	
体重	消費エネルギー
50Kg	→ 130Kcal (おにぎり 1個)
60Kg	→ 154Kcal (カステラ 1切れ)
70Kg	→ 180Kcal (ココア 1杯)