

ウォーキングマップ

吉野川市 鴨島町～川島町



吉野川



鴨島～川島いやしの舎コース
 距離: **5.3km (7571歩)**
 消費エネルギー: **162キロカロリー**

いやしの舎 (鴨島) 2.5km (3571歩) → いやしの舎 (川島) 1.1km (1571歩) → 市杵島神社 辨天神社 1.2km (1714歩) → 大三島大明神 八坂神社 0.5km (714歩) → いやしの舎 (鴨島)

吉野川市・吉野川市食生活改善推進協議会 (2015年3月作成)
 歩数・運動時間・ウォーキングによる消費エネルギー量は、歩幅70cm、歩行速度70m/分、運動強度3Mets、体重60kg、30～49歳の基礎代謝基準値を用いて算出しています。