

# 河川敷コース

往復 50分 約4800歩  
距離 1700m  
消費カロリー 145Kcal

ご飯（普通盛）8分目  
ビール（350ml）1缶  
プリン（中）1/2個



つきあたり  
ベンチあり

折り返し点  
スタートから 28分  
(2,500歩)

スタートからフラ  
ワーロードまで  
23分 (1600歩)

遊戯広場  
ベンチ 砂場  
バスケットゴール



スタートから  
バイパス道路下まで  
13分 (1100歩)

7月にはラベンダー  
が見頃です

スタートから折  
り返し点を経てバイ  
パス道路の下まで  
39分 (3700歩)



スタート

阿蘇公園駐車場前の道  
路出発点  
往復 50分(約4800歩)



当別川

橋の下に  
簡易トイレ

阿蘇公園には水場・トイ  
レ・駐車場があり、利用で  
きます。



パークゴルフ場  
道具は総合体育館で貸し出し  
ています。