

3 2 2 内原ヘルスパーク西側コース（水戸市 倉持繁子氏推薦）

（水戸市 往復型・郊外）

【 歩数：4, 030歩 消費カロリー：男性約220kcal、女性約170kcal 】

<注意事項>

ヘルスロードは一般の公道です。ウォーキングに際しては、車両に気をつけ、明るい色の服を身につけるなど、交通事故には十分注意しましょう。

