



No.15 【校区:安井】

# 輪中堤Aコース

おすすめポイント **新規川・中ノ江川堤からの眺め**

西の新規川、東の中之江川の間  
の街中をめぐるコースです。交通量が多  
いので十分注意してください。

距離	4.5km
歩数	7000歩
所要時間	70分
てくてく度	★★★★
消費カロリー	145kcal

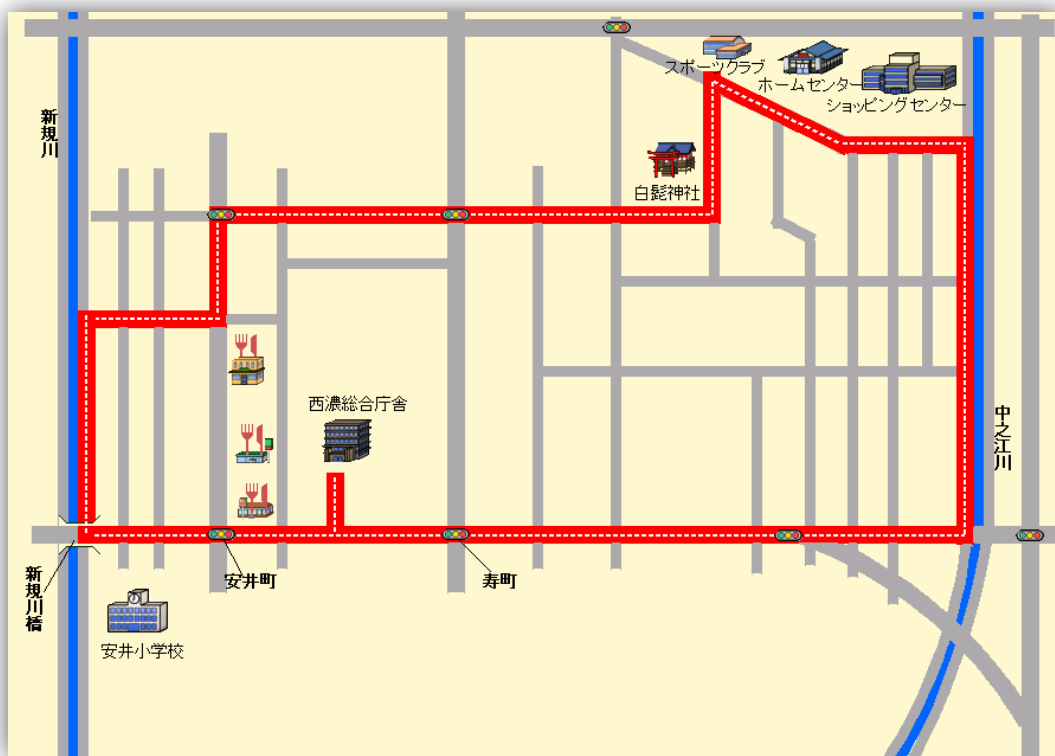


**134kcal**

牛乳コップ 1杯 200ml



大垣市マスコットキャラクター  
おがっさい



**一口×モ**

1kg やせるには  
運動&食事で  
7000Kcal の消費を！



[詳細地図](#)  
([Google](#))