



**【スタート・ゴール】：眼鏡橋（諫早公園）**  
 距離：6.5km 所要時間：約1時間38分  
 エネルギー消費量 約290kcal

所要時間は時速4kmで算出しています。  
 エネルギー消費量は、ウォーキング10分=30kcalで算出しています。