

【スタート・ゴール】

小長井支所

距離：6.1km

所要時間：約1時間32分

エネルギー消費量 約280kcal

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。

