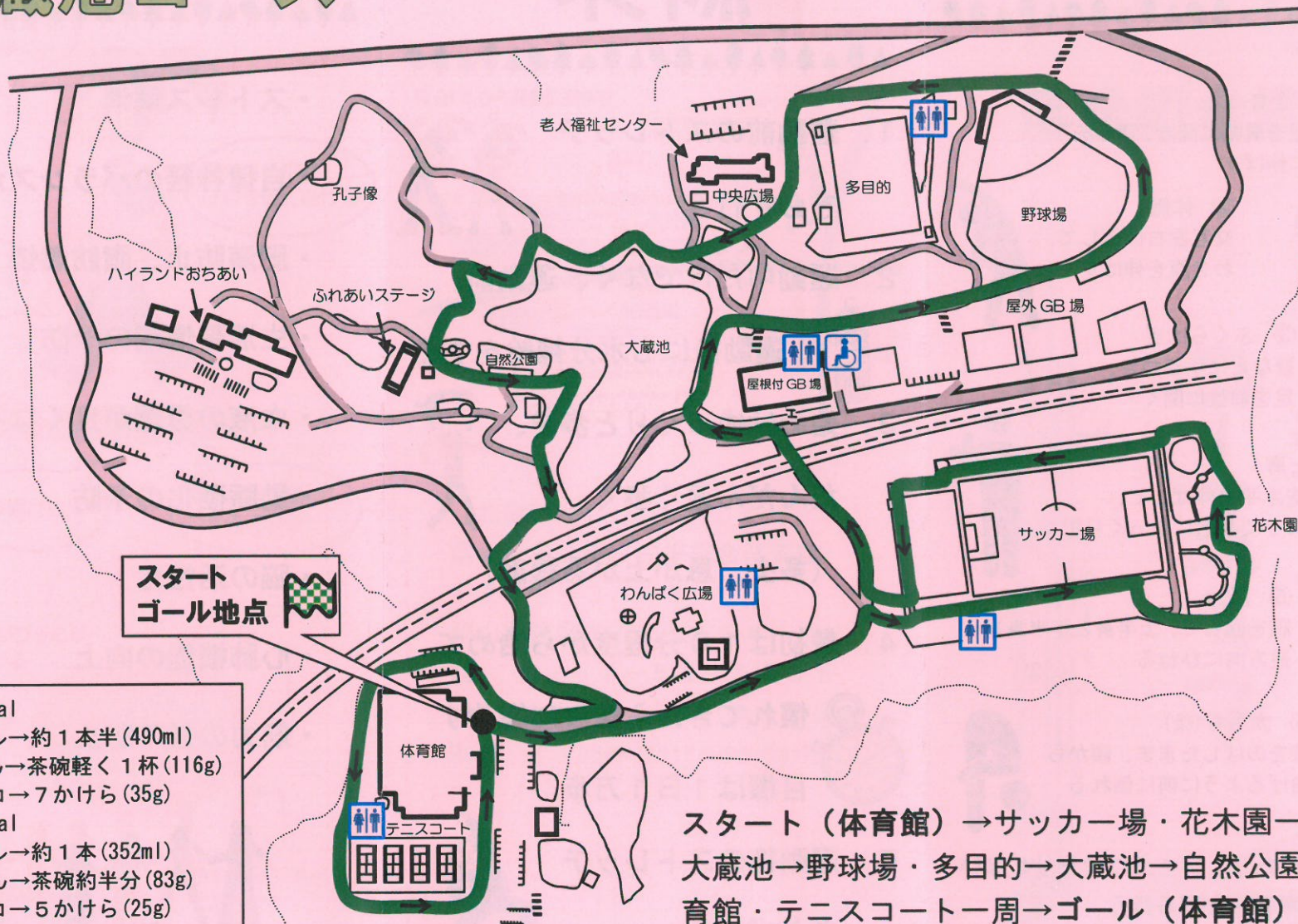


# おおぞういけ 大蔵池コース

3.1km 37分 男性196kcal 女性141kcal



スタート  
ゴール地点

○196kcal

- ・ビール→約1本半(490ml)
- ・ごはん→茶碗軽く1杯(116g)
- ・チョコ→7かけら(35g)

○141kcal

- ・ビール→約1本(352ml)
- ・ごはん→茶碗約半分(83g)
- ・チョコ→5かけら(25g)

スタート(体育館)→サッカー場・花木園一周→大蔵池→野球場・多目的→大蔵池→自然公園→体育館・テニスコート一周→ゴール(体育館)