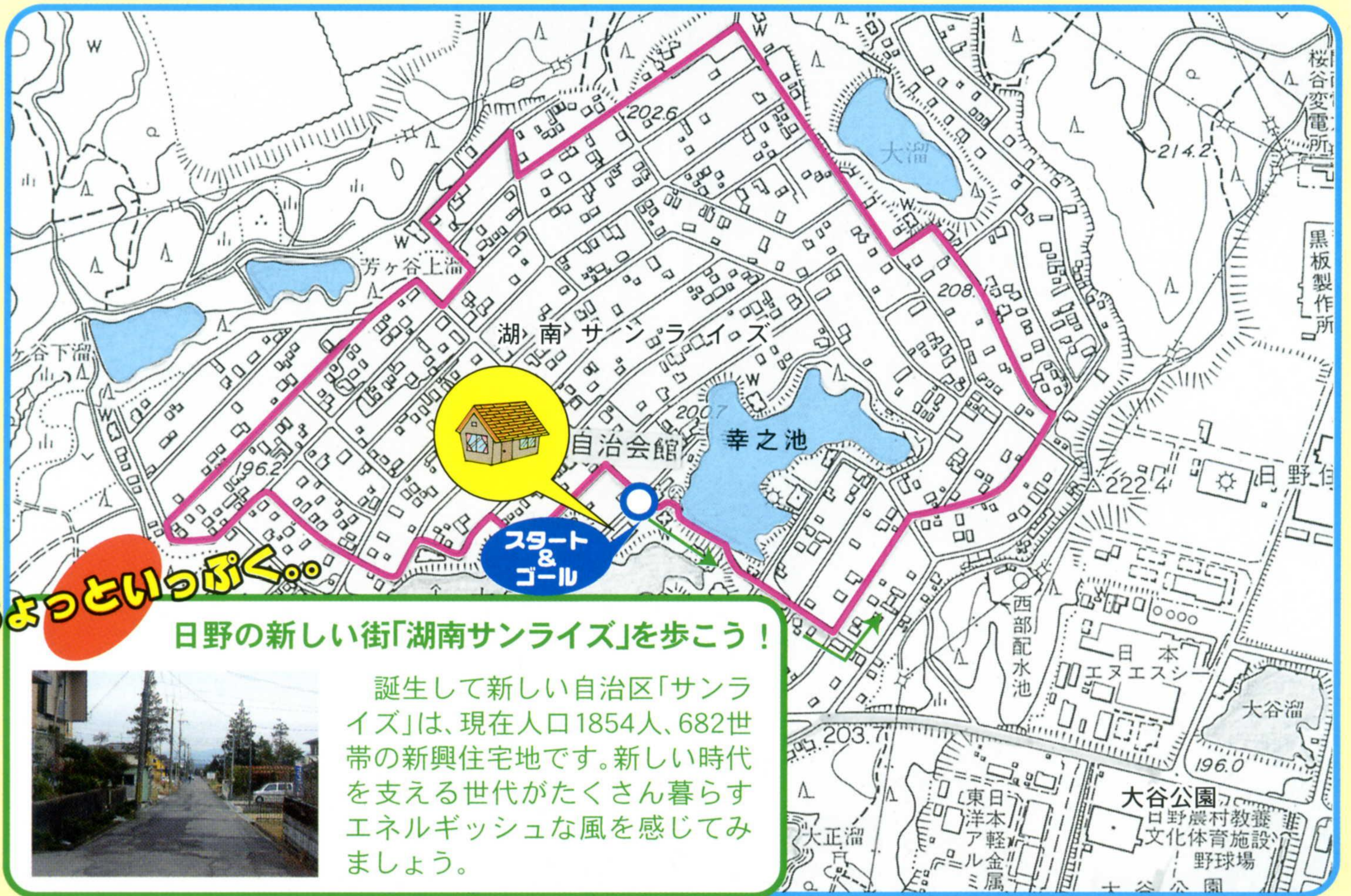
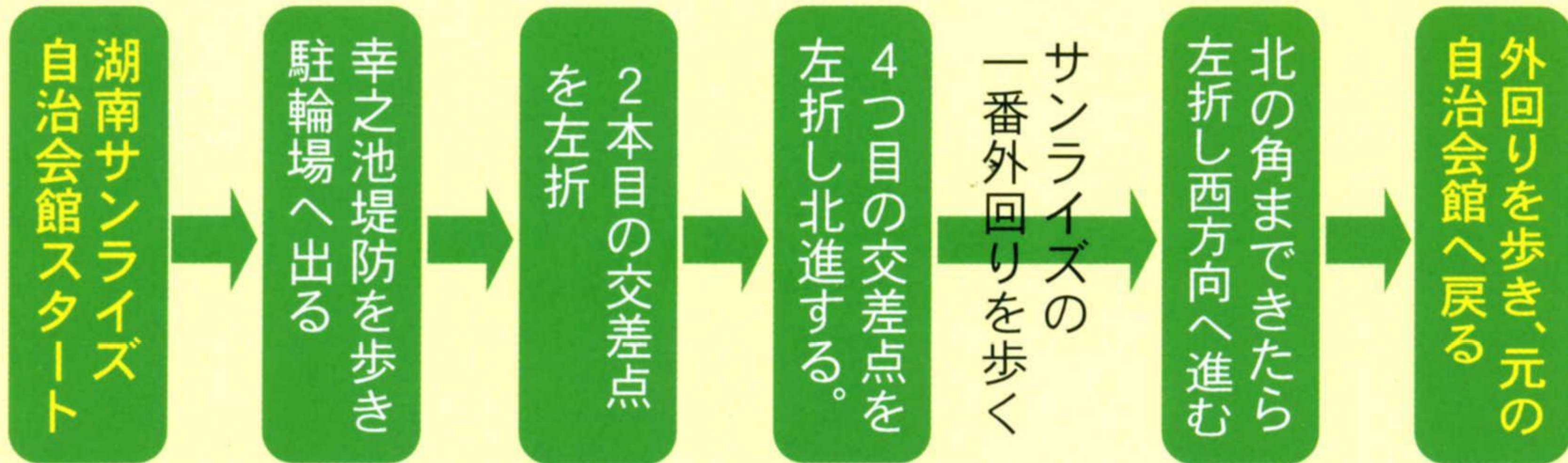


# 湖南サンライズ 街角回遊コース

コース&Map

(一周 3.4km 所要時間 約40分 歩数の目安 6800歩)



## ●ウォーキングの楽しみ方・効果●

毎週水曜日と土曜日はゲートボールの練習日につき、これ以外の天気の日には夏季は午前6時ころより、冬季は午後3時ころより散歩して足腰を鍛えている。途中「幸之池」で水鳥の遊泳のさまを眺めたり、魚の動くさまを見つけたりして休憩するのが楽しみです。またそれぞれに散歩する住民との挨拶や声かけが楽しい。

(紹介者: T・Tさん)