

健康
ウォーキングマップ
～はじめよう！ウォーキング～

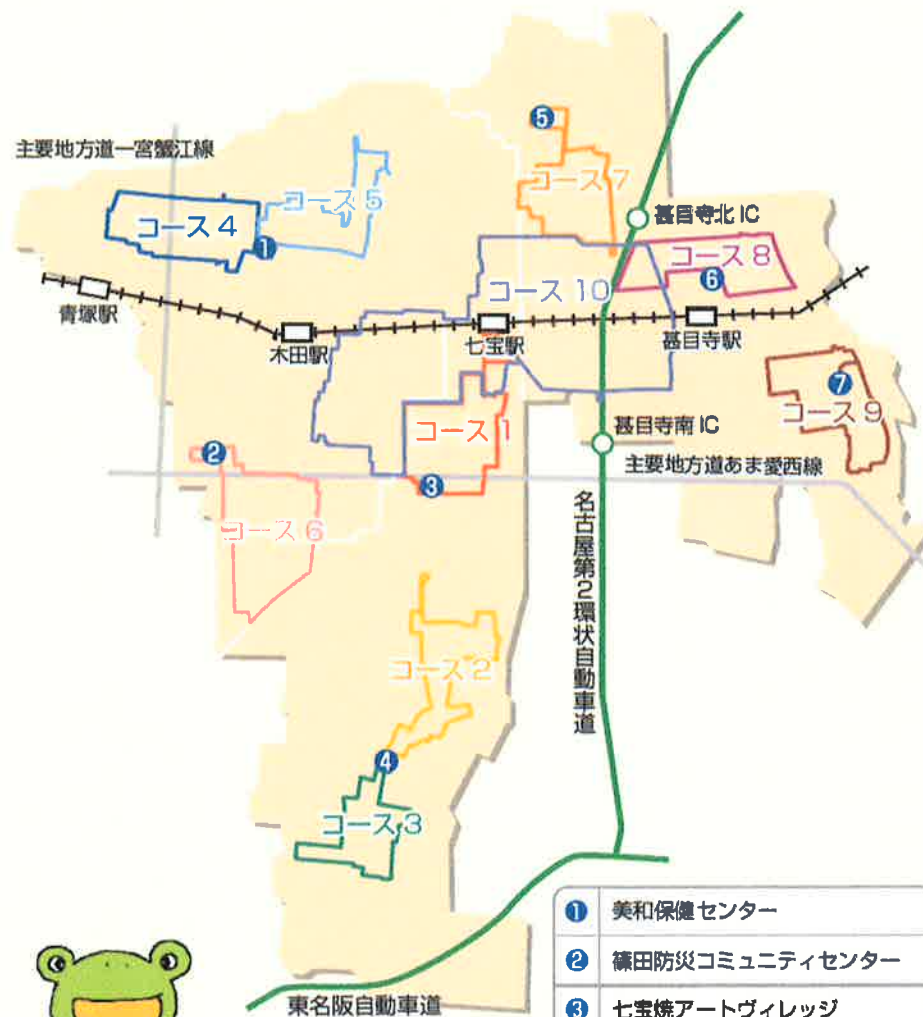


もくじ



あま市ウォーキングコース Location Map	1
コース1 おまつコース	2
コース2 七宝焼コース	4
コース3 ふれあい橋コース	6
コース4 蜂須賀コース	8
コース5 正則コース	10
コース6 篠田コース	12
コース7 森ヶ丘公園コース	14
コース8 平成プロムナードコース	16
コース9 鎌倉街道コース	18
コース10 “勇健”健脚コース	20
ウォーキングを楽しむための注意事項	24
ウォーキングの効果・正しい歩き方・あとながき	25

あま市ウォーキングコース Location Map



- | | |
|---|-----------------|
| ① | 美和保健センター |
| ② | 篠田防災コミュニティセンター |
| ③ | 七宝焼アートヴィレッジ |
| ④ | 七宝保健センター |
| ⑤ | 森ヶ丘公園 |
| ⑥ | 基目寺総合福祉会館 |
| ⑦ | 上笠津コミュニティ防災センター |