

**ウォーキングマップ
モデルコース
越前市**

こんなウォーキングコースはいががですか？

あなたのウォーキングコース検討の参考にしてください。

(※注 各コースの**歩数**は1歩を60cmとして距離から推定したもの。
所要時間は時速4kmで歩くと仮定して距離から推計したもの。
消費カロリーは体重60kgの方で推計したもの。)



越前府中・紫式部を偲ぶコース

紫式部は、越前国主に命じられた父、藤原為時とともに国府の置かれた越前市に滞在したといわれています。紫式部を偲びながら市中心部をぶらり歩いてみませんか。

距離	約7km
歩数	約11,700歩
所要時間	約1時間45分
消費カロリー	約330kcal

花筐（はながたみ）の里を歩き、継体天皇を訪ねるコース

桜をはじめ、さつき、紫陽花、紅葉と四季を通じて美しい自然が楽しめる花筐公園や、万葉時代に浸ることができる越前の里味真野苑など心むウォーキングをどうぞ。

距離	約15km
歩数	約25,000歩
所要時間	約3時間45分
消費カロリー	約710kcal



日野山のふもとを歩き、日帰り温泉も楽しめるコース

別名「越前富士」と呼ばれる美しい日野山のふもと、JR王子保駅周辺を巡るコースです。ウォーキングの後はしきぶ温泉「湯楽里」でゆったり、のんびりもいいですよ。

距離	約11.5km
歩数	約16,700歩
所要時間	約2時間50分
消費カロリー	約540kcal