

🍀 リフレッシュおさんぽコース 🍀

講義の合間、課題の休憩におさんぽしませんか？
ウォーキングで気分リフレッシュ&歩数も稼ごう！



ちよこっとお散歩コース

八十周年館→修景池回り→八十周年館

歩数：約650歩 距離：約400m
時間目安：約6分
消費カロリー：約20kcal

しっかりお散歩コース

八十周年館→グラウンド
→中学・高校館→八十周年館

歩数：約1600歩 距離：約1000m
時間目安：約15分
消費カロリー：約50kcal