



Cコース「冬でも安心 地下街コース（8km）」

ウォーキングマナー五ヶ条

- ★歩き始める前には、十分からだの各部の筋肉を伸ばしましょう。
 - ★歩行中こまめに水分補給を行いましょう。
 - ★歩行中体調が悪くなったら、無理せずすぐに中止しましょう。
 - ★交通ルールを守り、車や自転車、他の歩行者に気をつけて、事故のないように歩行しましょう。

株式会社丸三池内 北海道IKEUCHIアウトフィッターズ

北海道札幌市中央区南1条西2丁目18番地 TEL:011-221-14F

「この地図は、國土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を複製したものである。
（承認番号）」

