

# 160 遠山保全林・谷津田散策コース（牛久市 周回型・郊外）

【 歩数：14,700歩 消費カロリー：男性約606kcal、女性約476kcal 】

## <注意事項>

コースにおいて、信号機または横断歩道のない横断箇所があるため、道路横断の際は、安全確認を十分行ってください。

