



ふるさと公園の園路100周で善光寺まで!!
ウォーキング記録表

ふるさと公園あおき → 善光寺 歩いてみよう!

歩いて元気健康づくり



初級編
善光寺

月			月			月		
日にち	周回数	累計周回数	日にち	周回数	累計周回数	日にち	周回数	累計周回数
1			1			1		
2			2			2		
3			3			3		
4			4			4		
5			5			5		
6			6			6		
7			7			7		
8			8			8		
9			9			9		
10			10			10		
11			11			11		
12			12			12		
13			13			13		
14			14			14		
15			15			15		
16			16			16		
17			17			17		
18			18			18		
19			19			19		
20			20			20		
21			21			21		
22			22			22		
23			23			23		
24			24			24		
25			25			25		
26			26			26		
27			27			27		
28			28			28		
29			29			29		
30			30			30		
31			31			31		

左の地図は、ふるさと公園あおきから善光寺までの直線距離です。およそ**32キロ**あります。一つの○がふるさと公園あおきの園路2周の640mです。2周歩くごとに、○を1つ塗りつぶしていきましょう。

毎日ウォーキングの記録をつけて、ふるさと公園あおきをスタートし、ゴールの善光寺を目指しましょう。一日園路を2周歩くと**50日**で完歩できます。