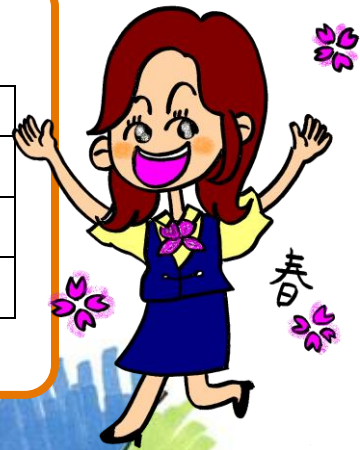


# Let's Go Walking!

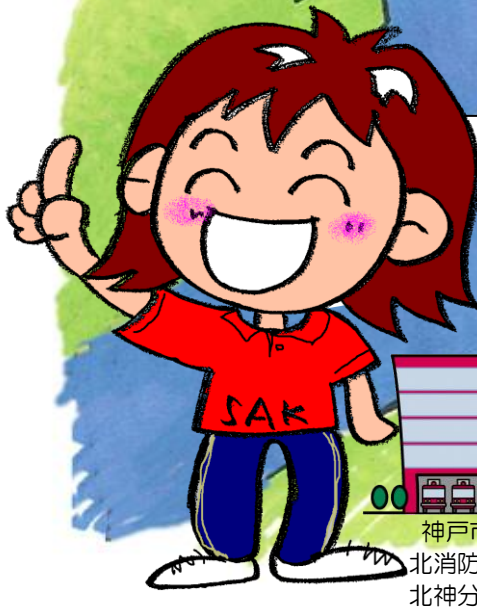
## スペースアルファ神戸スタッフの“おすすめコース”

	距離	時間	消費カロリー
運動不足解消コース	3.5km	約 50 分	185Kcal
休日の気分転換コース	2.0km	約 30 分	100Kcal
朝の目覚めスッキリコース	1.5km	約 20 分	85Kcal

注：消費カロリーや所要時間は、身長 170 cmの人が時速 4 kmで歩いたとして算出しています。



春



神戸市  
北消防署  
北神分署



迷ったな...と思ったら  
(078) 981-9000

