

神沢荒澤不動コース

難易度：★★★ 所要時間：約4.5時間 消費カロリー：約1200Kcal
全行程：約10km 高度差：約110m ※身長・体重により消費カロリーは異なります。

このコースは距離が長いので、10分間隔程度でノルディックウォークの強度を調整して進みます。変化に富んだ地形は、あたりの自然を満喫しながらノルディックウォークのダイナミックな楽しみを味わうことができるコースとなっています。

