

コース 4

子どもからお年寄りまで気軽にウォーク

入善ショッピングセンターコスモ21

入善町梶山1336

DATA 距離/1周 約300m 時間/約5分 消費カロリー/約8kcal

※時間および消費カロリーは、普通歩行67m/分・体重60kgの人を想定して算出しています。



ホームセンターなどたくさんのお店が集積するコスモ21。多彩な専門店も人気を集めています。いろんなお店をめぐる気軽なウォーキングで、冬を元気に過ごしましょう！



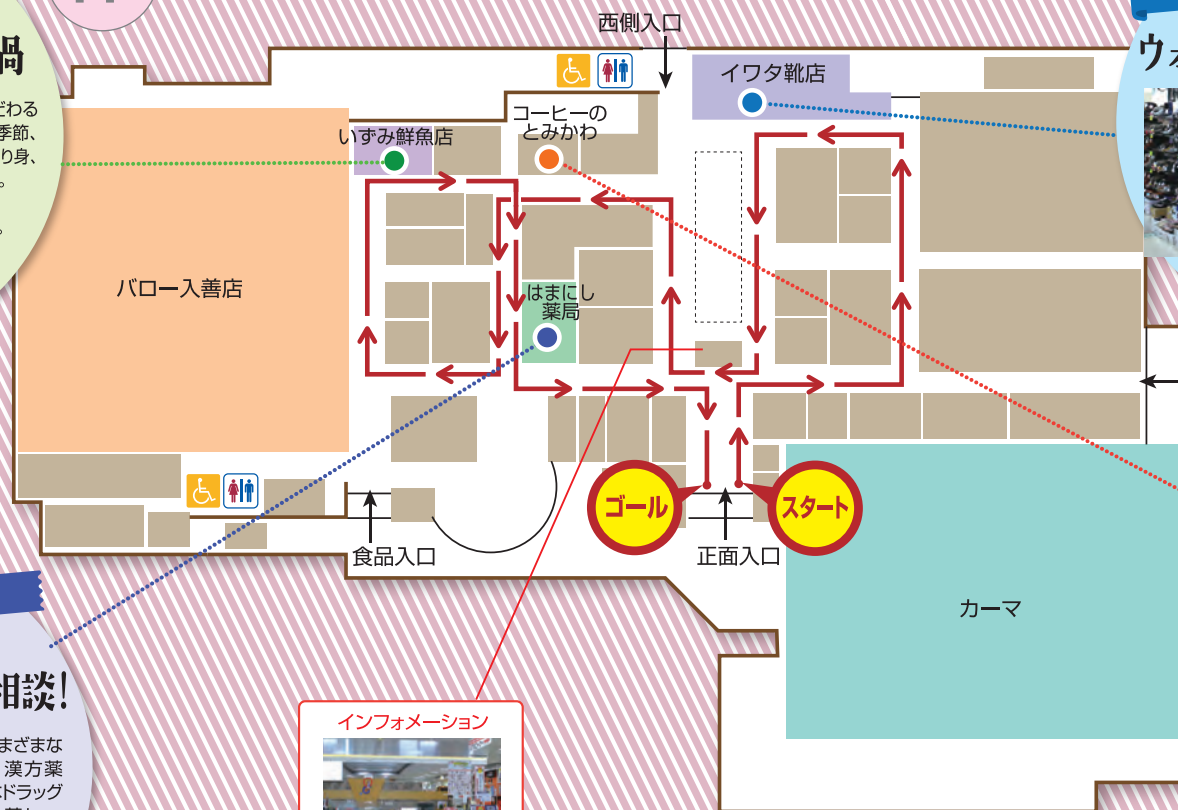
お店の耳寄り情報

地元の魚であったか鍋



地元産の魚介類にこだわったお店。鍋が恋しいこの季節、おススメは、自家製のすり身、アンコウ、真ダラなど。おいしい地魚の鍋で、体をいたわしましょう。

1F



おススメ立寄り情報

ウォーキングのシューズ選びは？



ウォーキングを気軽にはじめるためのシューズが充実！相談にも丁寧に応えてくれるので、これからウォーキングに挑戦する方におススメです。

お店の耳寄り情報

おいしいコーヒーで温まる



店内に多種多様な豆がずらりと並び、その数常時約25品種。なかなか手に入らない希少な品種や生豆も販売。おいしいホットな一杯で、やすらぎのひと息を。

おススメ立寄り情報

熟練の薬剤師に健康相談！



薬剤師が常駐し、さまざまな健康相談に対応。漢方薬を中心に、一般的なドラッグストアにない貴重な薬も。相談してみる価値あり！

インフォメーション



健康づくりワンポイント

駐車場遠く止めウォーキング

買い物に行ったときには、つつい入口の近くに車を止めていませんか？遠くに止めてその分歩けば、運動量アップです。



※店内が滑りやすくなっている場合がありますので十分ご注意ください。