

約2.3km | 約3,000歩・約30分

市宿通りをメインとするコースで、
蔵造りなどの店舗が並び、
往時の街道の風情が楽しめます。

岩槻駅
市宿通り
岩槻駅

コース



A 芳林寺



B 八雲神社



C 岩槻郷土資料館



WALKING COLUMN

ウォーキングには
生活習慣病の予防
転倒や腰痛の予防
ストレスの低減
などの効果があります!

ウォーキングのフォーム
POINT 1

背筋はまっすぐに!
顎を軽く引いて、
視線は前方に向け
ます。



ウォーキングのフォーム
POINT 2

肩の力を抜き、
腕を軽く曲げて自
然に振りましょう!



ウォーキングのフォーム
POINT 3

歩幅はやや広めに!
かかとから着地し
ましょう。

