# 五條市運動普及推進員協議会

## 今井地区(三箇城跡･荒木神社めぐり)

歩行時間：約１時間４０分
距　離　：約４㎞
消費カロリー：約１６０㎉
(６０歳　女性　体重５０㎏で計算)