

アップルヒル

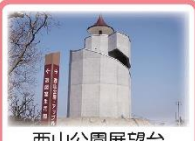
浪岡の自然を楽しめるコース。西山公園や湿生花園、川沿いの景色や浪岡城跡など…四季折々、様々な景色を眺めながらウォーキングできます。

花岡のんびり散策コース

距離 5km
歩数 7,143歩
分数 63分
消費カロリー 230kcal
難易度★★ 起伏あり



西山公園てっぺんからの景色



西山公園展望台



新溜池

健康の森
花岡プラザ
花岡公園

スタート&ゴール

ガソリン
スタンド

道の駅
なみおか
アップルヒル

しらす保育園

奥羽本線

あびぬす
浪岡駅

スタート&ゴール

スタート&ゴール

健康の森花岡プラザ



温泉を活用した浴場施設のほか、健康づくりフロアがあり、屋内型ウォーキングコースやトレーニングルームなど気軽に運動することができます。

問合せ先：

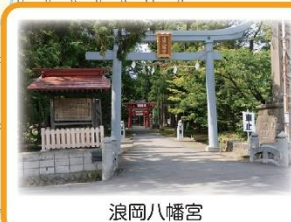
〒038-1331 青森市浪岡大字女鹿沢野尻14-1

TEL 0172-55-6363

浪岡川周辺

浪岡川沿い緑道公園コース

距離 5.8km
歩数 8,286歩
分数 73分
消費カロリー 266kcal
難易度★★



浪岡八幡宮

浪岡八幡宮

このあたりから西側をみると、天気の良い日は岩木山がきれいに見えます

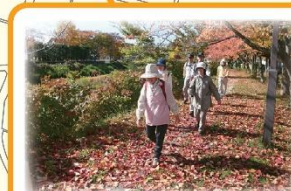


玄徳寺

津軽医院

かとう歯科

中世の館



浪岡川沿いの景色



浪岡城跡内をゆっくり歩くのもおすすめ！

浪岡駅～アップルヒルコース

距離 4.2km
歩数 6,000歩
分数 53分
消費カロリー 193kcal
難易度★★ 起伏あり