



FITNESS ROAD

汐浜運河

「フィットネスロード汐浜運河」

「“まち”のこと」、「健康のこと」への関心が高まる仕組みを通して、

生活の中で「フィットネスロード汐浜運河」を感じ、

水辺のある豊かな時を過ごすことになります。

このことは、“まち”に住まう方々や企業をつなぎ、

地域のにぎわいづくりにつながります。

<https://shiohamaunga.tokyo/>



TRY ME!

歩きながら楽しめるスポットも!

(裏面のマップも合わせてご覧ください)



1 南開橋第一・第二児童遊園

体を動かす遊具でストレッチができます。



2 ハーブプランター

四季折々のハーブの香りでリフレッシュできます。



3 バランスウォーキング

歩く速さや姿勢をチェックできます。



4 ハーブスタンド

ハーブの香りが広がる憩いの場です。



5 ステップウォーキング

年齢や身長別の歩幅を体験してみましょう。



6 健康ステーション

疲れた時のひと休みやコミュニケーションの場です。



7 イベント棧橋

水辺を楽しむイベントを開催します。

WALKING MAP



歩きながらチェックしてみよう！

- ① 南開橋第一・第二児童遊園
- ② ハーブプランター
- ③ バランスウォーキング
- ④ ハーブスタンド
- ⑤ ステップウォーキング
- ⑥ 健康ステーション
- ⑦ イベント棧橋

●●●● フィットネスロード汐浜運河

TRY ME!



QRコードを見つけたら、
スマホで読み込んで、
このまちの文化や
健康に役立つ情報を見てみよう！

さらに専用アプリを使えば、
歩いた歩数がショップで使える
ポイントに変わったり、
イベント等に参加できます！