

# 日吉体育館コース

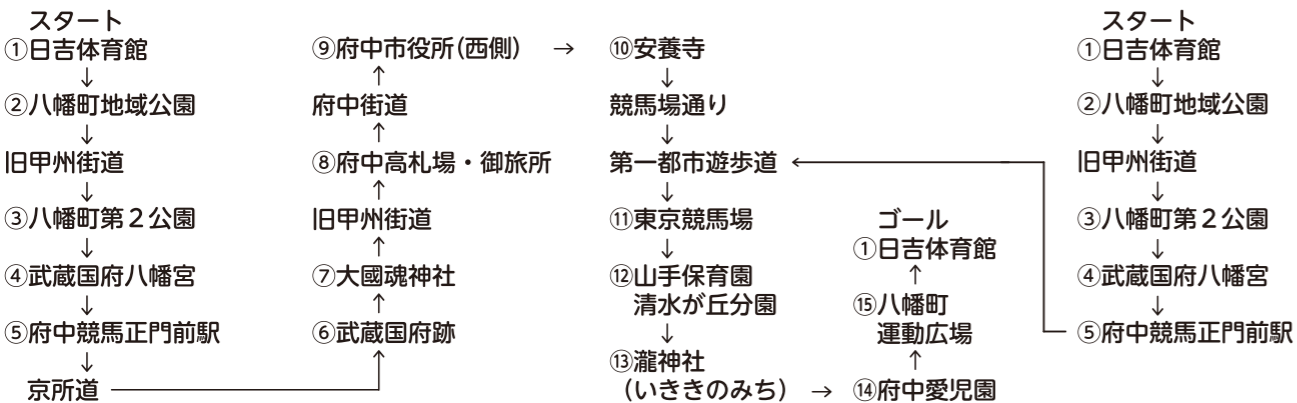
## ～府中の歴史を感じよう～

ちょっと実行、  
ずっと健康。



### 特徴

緩やかな坂が続き、階段もあるコースです。  
武蔵国の政治の中心であった武蔵国府跡や大國魂神社など、  
府中の歴史がたっぷり味わえます。



鳥居から真っすぐな道が続いています。

黄金の馬(アハルテケ)像があり、競馬ファンの待ち合わせ場所&必勝願かけとして人気のスポットです。

武蔵国(今の東京・埼玉・神奈川の一部)の政治の中心であった大型建物の跡。

「東京五社」の1つ。参道に少し寄り道をして参拝するのもおすすめです。

「くらやみ祭」は大國魂神社で行われます。パワースポットは4つ。★大鳥居近くのご神木(ケヤキ)★随神門脇の鏡石・亀石★拝殿・本殿前★本殿裏のご神木(大イチョウ)



江戸時代、幕府からの通達を伝えるため板札(高札)を掲げた場所。「くらやみ祭」の際に、大國魂神社の神輿が御旅所内に入る。(神輿渡御)

東門入ってすぐにある公園エリアで子ども向け遊具やアスレチックがあり、楽しめます。

大國魂神社の末社として600年前に創建。例大祭には神人・神馬がこの滝で身体を清めるといいます。

階段を昇り切ると、とても爽快!雰囲気のある小道(いききのみち)が続きます。

コース	距離	歩数	時間	消費カロリー
メインコース(赤ライン)	4.9km	7000歩	74分	222kcal
ショートコース(青ライン)	3.0km	4286歩	45分	135kcal

※歩数は1歩=70cmで算出  
所要時間は時速4km/hで算出  
消費カロリーは  
ウォーキング10分=30kcalで算出  
(体重60kg、歩幅70cmの場合)

