

# 月眉無菸健走步道

健走是一種簡單、容易進行的運動，且有益於心肺功能與體脂肪的降低，若能搭配著風景優美的步道來運動，更是對身、心、靈的提升有很大的幫助。月眉無菸健走步道位於怡仁綜合醫院旁社區，步道總長 2.6 公里，步行約三十分鐘，沿著步道可欣賞豐富的自然生態，春夏更隨處可見蝴蝶翩翩的飛舞。



