

ウォーキング・ランニングコースMAP

- 水のコース
- 広場のコース
- 森のコース



水のコース 2,500m

水のコースは「水鳥の池」を中心とした、1周2.5kmのコースで、アップダウンが少なく初心者にお勧めです。園路沿いに咲く花や鳥の声を聴きながら気軽にウォーキングやランニングを楽しめます。

広場のコース 3,900m

広場のコースは公園の中央にある「みんなの原っぱ」を中心とした、アップダウンが少ない1周3.9kmのコースです。コースからはみんなの原っぱ中央にあるシンボルツリーの大ケヤキや花畑、晴れた日には富士山を眺めることができます。

森のコース 5,600m

森のコースは一部アップダウンがある1周5.6kmのコースです。春と秋には花畑一面に咲く花や、園路沿いの草花、武蔵野の原風景を再現した「こもれびの丘」の雑木林など、緑豊かな公園の風景を楽しむことができます。

- ### 距離表示コース利用時のルール
- ・当コースはランニング、ウォーキングのための専用コースではありません。他の公園利用者がいることを認識の上お互いに譲り合ってください。
 - ・広く横並びとなる利用はお控え下さい。
 - ・コースは反時計まわりで設定されておりますので、逆走はご遠慮ください。
 - ・その他、公園のルールおよび、公園管理者の案内に従ってご利用ください。

- ### 気持ち良い利用のための5箇条
- その一、混雑時は無理をせず、ゆとりあるペースを心がけます。
 - その二、他の利用者、歩行者を抜く場合は十分注意の上、必要に応じて声掛けを行います。
 - その三、クールダウンやウォーミングアップで道やコースを塞ぎません。
 - その四、常に思いやりの心を持ってコースを利用します。
 - その五、常に他の公園利用者への配慮を忘れません。

