12월의 여행, 겨울 바람도 잠시 쉬어가는 대둔산

12월, 1년을 정리하는 달이다. 지난 1년을 돌아보고, 내년을 준비하기 위한 여행으로는 산행이 좋다. 여행이 주는 느낌도 제법 받으면서 겨울에 가기 좋은 산으로 충남과 전북의 경계에 있는 대둔산을 권한다. 대둔산은 겨울 산행의 백미를 보여줄 수 있는 아름다운 산으로 해발고도가 878m로 높지 않고, 등산로가 잘 정비되어 있어 추운 겨울날에도 힘들지 않게 산을 오를 수 있다. 대둔산의 설경은 대둔산의 4계 가운데에서도 으뜸으로 손꼽힐 정도로 차디찬 아름다움을 선사하는 것은 물론 산자락에는 산행 후 몸에 쌓인 피로를 말끔하게 풀 수 있는 온천이 있어 겨울산행지로 안성맞춤이라 할 수 있다.

겨울에 더 아름다운 대둔산!

대둔산은 행정구역상 완주군 운주면과 충남의 금산군, 그리고 논산시의 접경 지역에 위치해 있어 충청남도의 대둔산도립공원과 전라북도의 대둔산도립공원으로 나뉜다.

1980년 5월에 도립공원으로 지정된 충청남도 대둔산도립공원은 오대산(569m), 월성봉(649m), 비랑산(555m), 태고사 계곡의 갓바위, 고깔바위, 선녀폭포 등 수려한 산세를 자랑하는 곳이 많다. 특히 침식된 화강암 암반이 드러나 봉우리마다 절벽과 기암괴석을 이루고 있으니 가히 한국 8경의 하나로 꼽힐 만 하다.

1977년 도립공원으로 지정된 전라북도 대둔산도립공원은 관광객들을 위한 케이블카와 금강구름다리로 더 잘 알려진 곳이다. 길이 81m 너비 1m 인 금강구름다리는 임금바위와 입석대 사이를 가로질러 놓은 것으로, 끝없이 펼쳐져 있는 호남평야와 더불어 군산과 장항 너머로 그림 같은 서해 바다를 감상할 수 있다. 사계절 중 어느 계절에 찾아와도 자연의 아름다움을 고스란히 감상할 수 있다.

정상인 마천대(878m)는 시원하게 뻗어 있는 산줄기와 삼선바위, 용문굴, 금강문 등 기암괴석이 수려하다. 마천대에서 북쪽 능선을 따라 조금 가다 보면 낙조대에 이르게 되는데 낙조대에서 바라보는 일출과 일몰 또한 장관이다.
(문의 : 대둔산도립공원관리사무소 063-263-9949)

따끈따끈한 대둔산 온천

대둔산도립공원 관광단지 내에 있는 대둔산온천은 대둔산 온천관광호텔 내에 온천이 위치하고 있어 산행을 겸한 온천욕을 즐길 수 있는 곳이다. 지하 620m의 암반층에서 끌어올린 온천수는 약알칼리성 유황 온천수이며, 칼륨, 칼슘, 염소, 규산, 철, 아연, 나트륨, 마그네슘, 황산염, 유황, 망간, 불소 등이 함유돼 있다.

내부에 설치된 일라이트 맥반석 사우나는 이곳의 자랑거리 중 하나인데 인체의 자연 치유력을 증가시켜 성인병 예방과 치료에 효능이 있고 암 예방 및 치료, 피부미용과 부인병 예방, 당뇨병 예방과 스트레스 해소, 피로회복 등에 좋다고 알려져 있다.

대중탕을 비롯해 진흙한방사우나, 쑥탕사우나 일라이트 맥반석 사우나, 유황온천 사우나 등이 갖춰져 있으며 특히 대둔산 등산 후의 피로를 씻는데 그만이다.

⊙ 찾아가는 길
· 경부고속도로 서대전 분기점 → 대전 남부순환고속도로 안영 IC → 금산방향 635번 지방도 → 곡남3거리 우회전 → 대둔산 / 대둔산 온천
· 경부고속도로 서대전 분기점에서 남부순환고속도로 안영 IC로 나와 금산방향 635번 지방도를 타고 곡남3거리 우회전을 하면 대둔산과 대둔산 온천이 나온다.

자료제공: 리에또(www.lieto.co.kr)