

# 걷기 좋은 코스

걷기운동에는 많은 이점이 있다. 그중의 한가지가 걸으면서 주변의 경관을 감상할 수 있다는 것인데, 실제로 우리 주변에는 멋진 걷기 코스가 많이 있다. 단순히 걷기만 하기 보다는 조금더 여유롭게 경치를 즐기며 걸어보자.

## <용산가족공원 둘러보고 노들섬까지>



- ▶도보코스 : 1호선 이촌역 → 용산가족공원 → 한강대교 → 노들섬 일주 → 여의도 → 5호선 여의나루역
- ▶도보거리 : 14km
- ▶도보시간 : 총 5시간 정도
- ▶코스특징 : 용산가족공원과 국립중앙박물관의 한가로움과 한강의 시원함을 느낄 수 있다.



용산가족공원



한강대교와 한강 보행자로가 만나는 곳



한강철교가 보이는 여의도 한강시민공원

〈송파 성내천을 거슬러 올림픽 공원을 지나 한강까지〉



- ▶도보코스 : 5호선 마천역 → 성내천 → 올림픽공원 → 성내천 → 강변(잠실철교) → 2호선 성내역
- ▶도보거리 : 12km
- ▶도보시간 : 총 4시간 정도
- ▶코스특징 : 서울에서도 특히 복잡한 시내를 가로 질러 한강으로 들어가는 코스이다. 이 때문에 도시적인 주변 환경을 볼 수 있다.



성내천



올림픽공원 산책로



잠실철교 주변

〈중량천 따라 걷기〉



- ▶도보코스 : 석계역 → 중량천변길 → 월계역입구 → 도봉산역입구 → 회룡역
- ▶도보거리 : 13.5km
- ▶도보시간 : 총 4시간 정도
- ▶코스특징 : 비교적 한가롭고 쉬운 코스이다. 자전거, 인라인스케이트 등을 타는 사람들과 낚시하는 풍경도 볼 수 있어 걷는 내내 지루하지 않다.



석계역에서 중량천으로 들어가는 입구



곳곳에 한가로이 낚시를 즐기는 사람들도 볼 수 있다.



중량천변길

〈안양 산본 수리산 임도 걷기〉



- ▶도보코스 : 산본역 → 수리산 삼림욕장입구 → 임도 → 수리사(천년사찰) → 속달동 → 산본역
- ▶도보거리 : 16km
- ▶도보시간 : 총 4시간 30분 정도
- ▶코스특징 : 민가가 전혀 없는 삼림임도를 걸을 수 있다.

-자료제공 : 인터넷 네이버  
(www.naver.com)  
카페 「걷기클럽」  
(cafe.naver.com/walkingclub.cafe)



진한 숲의 향기를 느낄 수 있는 임도 너른 길.



정자 오거리에서 수리사 방향으로 가는 길.



수리사 대웅전