

1.7km / 約 20分



溪流の上を歩いていきます！

ここから自然がいっぱいの陣ヶ下溪谷公園へ突入！



階段の途中で右側のフェンスを開き川を渡ります。川が増水している時は、川を渡らずに向台保育園の脇を通り、水道みち向台公園(中間地点)へ抜けましょう。.....の道

鯉がいっぱい!!



かろがも橋

1km / 約 10分

ココで曲がるよ

# しげ散歩



運動不足の支配人(70代男性・体重87kg)でも無理なく歩けるコースをご案内

『満天の湯』からスタート!!



ゴール!! 4.5km / 約 60分

みずのさかみち口

南口を目指します



そして南口!!



## 陣ヶ下溪谷公園

環状2号線

杉山神社

下流口

階段は登らずにまっすぐ進んでね

あせらずゆっくり水分補給!

3.8km / 約 50分

せせらぎのみちへは細道階段を下りていくよ

のどかな休憩場でお弁当もいいね!

みずのさかみち口

南口

環状2号線の下向台橋をくぐるよ

水道みち向台公園

## YOKOHAMA FC 横浜FC・LEOCHトレーニングセンター

クラブの注意事項を厳守して練習見学を楽しもう!

横浜水道記念館

水道道くだり坂から横浜の景色が一望できるよ!!

せせらぎのみち

ショートカットコース

2.5km / 約 35分

向台 中間地点 2.8km / 約 40分

- ケガ事故等については、一切の責任を負いかねます。
- 体調が優れない場合は直ちに散歩を中止してください。
- 交通ルール・マナーを守りましょう。
- コースは工事等により通行利用できない場合もありますので、ご注意ください。
- 陣ヶ下溪谷公園では川を渡るコースがございます。川が増水している時は、川を渡らずに向台保育園の脇を通り、水道みち向台公園(中間地点)へ抜けましょう。
- 横浜FC・LEOCHトレーニングセンターではクラブ注意事項を厳守して、練習見学、ファンサービスをお楽しみください。



### 散歩の前後にストレッチ!

せせらぎのみち

物足りない方に!  
ランニングコース  
保土ヶ谷公園まで 2km  
三ツ沢公園まで 2.5km  
四季の森公園まで 6km  
山下公園まで 7.5km