

나카지마공원 코스

초급~상급자 대상

1주 / 약 1km

도시에 있으면서 사계절의 아름다운 경치를 느낄 수 있는 주회 코스.

삿포로 도심부에 위치하면서도
사계절의 아름다운 경치를 볼 수 있는
나카지마공원에는 한 바퀴가 약 1km
코스가 있습니다.

초보자 분도 무리없이 천천히 즐길 수
있는 주회 코스는 250m마다 거리
표시판이 설치되어 있어서 목표 설정을
하는 것도 쉽습니다.

중·상급자 분은 20~40주 달리면 하프
마라톤, 풀 마라톤을 상정한 훈련을
확실하게 할 수 있습니다.

또한 한겨울 적설 시에는 통로가 제설
작업이 들어갈 경우가 많으니 겨울철에
야외 훈련 장소 찾기가 어려우면
나카지마공원이 좋습니다.

게다가 매년 1월 상순부터 3월 상순까지
공원 내 나카지마 체육센터 앞에
크로스컨트리 스키 코스가 개설되니 러닝
크로스 트레이닝으로도 효과적입니다.

‘도쿄2020대회’
마라톤 경기 5km지점 기념 표시판

햇소안(규사나인보센) 국가지정 중요문화재

호헤이칸 국가지정 중요문화재

삿포로 콘서트홀 Kitara

나카지마 체육센터

250m
1km course

거리표시판

출발 지점

**워킹하기에도 딱
좋습니다**

호호리 다리 방향

*동절기에는 적설로 인한 파손 방지를 위하여 거리표시판은 철거됩니다.

마치RUN 나카지마공원