

- 水のコース
- 森のコース
- 広場のコース
- センサー



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。

- ①～⑤⑩ トイレ
- 救護室
- 多目的トイレ
- P 駐車場

留保地(立川基地跡地)

昭島口

立川口

START / FINISH

水のコース 2,500M 広場のコース 3,900M 森のコース 5,600M

- 歩行者園路
- サイクリングコース
- 管理用園路

コースを巡りながら園内の見どころを楽しむことができます！



桜の園(サクラ:春)



花の丘北花畑(ヒマワリ:夏)



花の丘(コスモス:秋)



イチョウ並木(黄葉:秋)



溪流広場(チューリップ:春)



みんなの原っぱ

さらにお楽しみいただけます！

当コースには、日本初となる自動計測器「SPOTAG」を設置しています。散歩やジョギングの移動距離・タイム・消費カロリーなどが記録され確認することができます。



SPOTAG公式
ティザーサイト

<https://spotag.com>



SPOTAGお問い合わせ窓口 03-6635-5353
(10時～17時 ※土日・祝日・年末年始を除く)

計測方法



SPOTAG(スポタグ)をつけて公園内のコースを散策。



いつでも簡単！
スマホ(専用サイト)で記録を確認できます。

SPOTAGの主な機能

移動距離	消費カロリー
タイム	過去記録
ペース	累計記録
グループ共有(予定)	イベント作成(予定)

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。他の公園利用者があることを認識の上、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。
- ・コースを正しく通行しないと、正しく計測出来ない場合があります。
- ・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。