

大泉学園コース (約6km)

Sスタート 10分 1 10分 2 40分 3 25分 4 5 Gゴール 10分

大泉学園駅 → 旧本間家の桜並木 → 牧野記念庭園 → 学園通りの桜並木 → 大泉公園 → 大泉中央公園 → 大泉学園

大泉桜学園前から大泉中央公園へ続く通りに、濃いピンクのカンヒツツワ。大泉障害者支援ホームの前に、淡いミドリノキョウコウ。

動物注意の道路標識は、ためぎの絵。

大泉桜学園 大泉特別支援学校 大泉障害者支援ホーム 大泉中央公園

大泉中央公園の桜の木は約350本

大泉風致地区公園は、さくら祭りやいちご祭りが行なわれるイベント広場

大泉学園駅から3キロ続く桜並木は、桜の木が約270本

この森緑地は、藤沢周平が「おんなの敵歩道」ゆかりのヤマザクラあり

大泉図書館の藤沢周平コーナーは「藤沢周平と大泉の会」の拠点にもなっている

JAあおばの直売所。練馬野菜ばっざはヘルシーでおいしい

23区内唯一の牧場

ねりまの名木(大イチョウ)

5月の連休ごろ池にカルガモの親子

日本間家の桜並木

大泉子ども家庭支援センター

牧野記念庭園 植物学者・牧野富太郎の住居跡。植物が300種。

光が丘コース (約4km)

Sスタート 3分 1 2分 2 25分 3 15分 4 120分 Gゴール

練馬春日町駅 → 練馬大根碑 → 春日町の桜並木 → 春の風公園 → マグノリア園 → 光が丘公園

光が丘公園は広さ約60万㎡の区内最大の公園。芝生広場や野球場、テニスコート、野鳥観察ができるバードサンクチュアリ、自然とふれあえるテイクアウト場などがある

バードサンクチュアリは約2.4haの区域に池、洲、樹林、草地を配置し、野鳥をはじめ様々な生き物がすめるようになっている。オオタカが見られるかも ※土日祝のみ開園

光が丘公園の売店「パークス光が丘」は、焼きたてのメロンパン、カレーパンが人気!!

四季の香公園のマグノリア園には、世界各国のマグノリア約30種が集められている。マグノリアはモクレン科の植物。区の木「コブシ」はマグノリアの仲間

春の風公園、かえる池の近くには、牧野博士が名付けたセンダイヤ(サクラ)がある。ヤマザクラの栽培品種で、開花はソメイヨシノよりやや遅め。花は淡紅色

練馬大根碑は高さ約3mの石造り。練馬大根が全国的に知名度が高まったことを記念して、1940(昭和15)年に春日町の愛染院の境内に建立された

武蔵関公園コース (約5km)

Sスタート 12分 1 12分 2 5分 3 6分 4 19分 5 3分 6 4分 7 25分 Gゴール

上石神井駅 → 豊城橋 → イエズ会神学院 → 上石神井憩いの森 → 法蔵寺 → 本立寺 → 長者橋 → 武蔵関公園入口 → 武蔵関駅

石神井川沿いの桜 豊城橋あたりが特にきれい。

武蔵関公園 その昔、関の溜め井と呼ばれた池があった所。大正時代に遊具やボート場が整備され(若宮遊園)、1938(昭和13)年に公園に。野鳥も多く自然に恵まれた公園。

立野公園 北京市海淀区から花井しが贈られたのを記念して、中国式庭園「桃花源」が作られた。桃の花の見ごろは3月下旬から4月上旬。

千川上水跡 1696(元禄9)年、江戸市中の飲料水供給の目的で、玉川上水から分岐された上水のひとつ。関町南2~4丁目の上水跡で清流が復活している。

石神井公園コース (約4km)

Sスタート 10分 1 10分 2 20分 3 10分 4 15分 5 20分 6 10分 Gゴール

練馬高野台駅 → 長光寺橋公園 → 和田堀緑道 → 石神井公園 → 氷川神社 → 三宝寺池 → 石神井池ボート乗り場 → 石神井公園駅

和田堀緑道 区内に5つある緑道の中で一番短く、趣きのある道。

石神井池(ボート池) 昭和の初めに作られた人工の池。ボート乗り場がある。

長光寺橋公園 ソメイヨシノの中にヤマザクラが、ゆくりと花見できる。

石神井川の桜 長光寺橋公園から山下橋あたりが特にきれい。

三寶寺池 武蔵野の自然が残り、オナガ、シジュウカラ、ヤマザクラなどたくさん見られる。

石神井池(ボート池) 昭和の初めに作られた人工の池。ボート乗り場がある。

長光寺橋公園 ソメイヨシノの中にヤマザクラが、ゆくりと花見できる。

石神井川の桜 長光寺橋公園から山下橋あたりが特にきれい。

千川通りコース (約5km)

Sスタート 10分 1 5分 2 25分 3 10分 4 10分 5 15分 6 15分 Gゴール

江古田駅 → 武蔵野稲荷神社 → 武蔵大学 → 平成つつじ公園 → 練馬図書館 → 学田公園 → 千川通り → 中村橋駅

平成つつじ公園 区の花リッジが「夕暮れリッジ」を中心に、国内外の約600品種16,000株。シヤブナやササキもあり、3月下旬から5月中旬が見ごろ。

南蔵院鐘楼門 入母屋造り、棧瓦葺きの移門形式。江戸時代中期のものと考えられている。

氷川神社の石 かつてカクシに用いたという石が8個。

武蔵大学の桜 大学の構内を流れる千川の川沿いに桜並木。秋の紅葉も楽しめる。 ※現在一部整備中

城北中央公園コース (約5km)

Sスタート 10分 1 10分 2 30分 3 30分 4 10分 5 15分 6 1分 Gゴール

東武練馬駅 → 北町中学校 → 徳川綱吉御殿跡之碑 → 城北中央公園 → 高稲荷公園 → 大橋 → としまえん → 豊島園駅

徳川綱吉御殿跡之碑 後に江戸幕府第五代将軍となる徳川綱吉が、この地を鷹場として御殿を建てたことに由来する碑。田柄川緑道沿いの北町小学校の横にある。

城北中央公園 石神井川沿いの起伐に富んだ敷地に野球場、競技場などの運動施設を備えた、桜橋区にもまたがる運動公園。敷地にもおもしろい。 栗原遺跡 城北中央公園の中にある。今から約1,300年前の奈良時代の住居跡。地方農民の生活の様子がしのばれる。

高稲荷神社 伝説によるとこの付近は、その昔沼。そこに住む大蛇に沼に沈められた若者の霊をなぐさめるために神社が建てられたといわれている。

田柄川緑道 旧田柄川が暗き化され、整備された遊歩道。ジョギングや散歩道として親しまれている。春は桜、秋は紅葉がきれい。