



카운티 도보여행

카운티 공원 입장권

XYZ EXPLORE

SAN DIEGO COUNTY

San Diego County 공원과 보존지역을 방문하세요

sdparks.org



카운티 공원

‘워리어’ 도보여행 도전

현충일 및 재향 군인의 날 주말

격식제로 개최하는 ‘워리어 도보여행 도전’은 현지 군인과 가족 및 지지자의 기개를 시험합니다. 세 단계 중 하나를 선택하여, 우리의 평범한 영웅들을 향해 경의를 표시하는 도보여행에 참여하세요.

sdparks.org/warriorhike

**EL CAPITAN
COUNTY PRESERVE**



입장권 소지자 정보

이름: _____

전화번호: _____

San Diego County 공원 및 레크리에이션부는 바다에서 계곡까지, 그리고 산에서 사막까지, San Diego 를 걸쳐 수백 마일 뻗어 있는 130곳의 공원과 보존지역을 관리합니다. 지역의 공원, 지역사회 센터 및 유적지는 도시 환경에 놓여 있으며, 지역 경계를 둘러싸고 있는 보존지역의 트인 공간이 여행자에게 평온한 쉼터를 제공하는 동시, 야생동물 회랑을 보호합니다.

레크리에이션과 자연 환경 보호 노력 사이에 신중히 관리되는 균형을 반영하는 곳입니다. 프로그램은 교육, 계발, 건강을 향한 길과 독특한 야외 경험을 제공합니다.

저희가 즐기는 여행지를 탐험하도록 초대합니다! 이 책자에 소개된 지역은 샌디에고 카운티 내에서 난이도에 따라 선정된 곳입니다. 먼저 쉬운 여행으로 시작해서 점점 더 상급의 도보여행을 시도하도록 권장합니다. 즐거운 여행 되세요!



카운티 도보여행 도전 보상을 얻는 레크리에이션

- ✓ 초급 도보여행 섹션의 모든 공원과 보존지역을 방문하고, 스티커를 얻으세요. ‘초급 도보여행’ 섹션의 모든 관리소에서 받을 수 있습니다.
- ✓ 중급 도보여행 섹션의 모든 공원과 보존지역을 방문하고, 물병을 얻으세요. ‘중급 도보여행’ 섹션의 모든 관리소에서 받을 수 있습니다.
- ✓ 상급 도보여행 섹션의 모든 공원과 보존지역을 방문하고, 캔버스 가방을 얻으세요. ‘상급 도보여행’ 섹션의 모든 관리소에서 받을 수 있습니다.
- ✓ 15 곳의 목적지를 모두 방문하고, 한정판 천 패치를 얻으세요.

참가 증명 + 경품 수령

섹션의 다섯 도보여행 완료 시, 공원에 책자를 가지고 가서 특별한 경품을 받을 수 있으며, 15곳을 모두 완료한 경우, AskParks.Lue@sdcounty.ca.gov에 이메일 하여 패치를 받는 방법을 얻을 수 있습니다.

County of San Diego

Department of Parks and Recreation

5500 Overland Ave., Suite 410, San Diego, CA 92123

지역 내: 858-565-3600 | 무료 통화: 877-565-3600

차례

E	초급 도보여행	5
M	중급 도보여행	11
T	상급 도보여행	17



초급 도보여행



SAN ELIJO LAGOON

2710 Manchester Ave., Cardiff-by-the-Sea, CA 92007

760-634-3026



도보여행: NATURE CENTER LOOP TRAIL, 0.75
마일

이용시간: 오전 9시~오후 5시

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: 현지 제공 정보 게시판

San Diego 가장 큰 습지 중 하나인 979에이커의 San Elijo Lagoon 생태 보호구역은 주로 얕은 갯물을 특징으로, Escondido 와 La Orilla Creeks 가 태평양 바다를 만나는 지점에 자리 잡고 있습니다. 카운티의 첫 ADA 접근 가능 도보여행길로, Nature Center 바로 바깥에 위치하여, 모든 연령이 산행 실력에 상관없이 자주 찾는 여행입니다 이 0.75 마일의 원형 도보여행은 7마일의 도보여행 네트워크의 일부입니다.



완료: _____

이니셜: _____

SWEETWATER SUMMIT REGIONAL PARK

5102 Sweetwater Road, Bonita, CA 91902

619-472-7572



도보여행: MORRISON POND, 최대 5마일

이용시간: 오전 9:30~해질녘

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: MORRISON POND

500에이커의 국립공원 내 Morrison Pond에 단순하며 외진 원형 도보여행길이 있습니다. 경치와 자연의 소리에 흡뻑 젖어 그림 같은 풍경을 만끽할 수 있는 곳입니다. 수백 종의 들새가 먹이를 찾고 보금자리를 짓기 위해 찾아오는 태평양 비행길 아래에 위치하여, 들새 관찰 명소로 여겨집니다. 운 좋은 날에는 주색, 캘리포니아 해안의 모기잡이류 또는 갈색배밀화 부리를 볼 수도 있습니다.



완료: _____

이니셜: _____

GUAJOME REGIONAL PARK

3000 Guajome Lake Road, Oceanside, CA 92057
760-724-4489



도보여행: NATURE TRAIL, SUMMIT TRAIL,
UPPER POND TRAIL AND LUISENO TRAIL, 조합
3마일

이용시간: 오전 9:30 ~해질녘

주차: 차량 당 \$3 사용료

사진찍기 좋은 곳: UPPER POND

태평양 바다에서 단 8마일 떨어져 있는 Oceanside 해안 지역사회에 위치한 Guajome Regional Park은 일년 내내 아름다움을 뽐내며, 가까운 거리 내에 잘 알려진 자연지대와 유적지가 있습니다. 3마일 흙길의 원형 산행로가 삼림 지대, 수풀, 습지 및 혼파초지를 통해 구불구불 놓여 있어, 많은 철새를 끌어들입니다. 비록 비포장일지라도, 판판한 도로가 모든 산행 실력에 적합합니다.



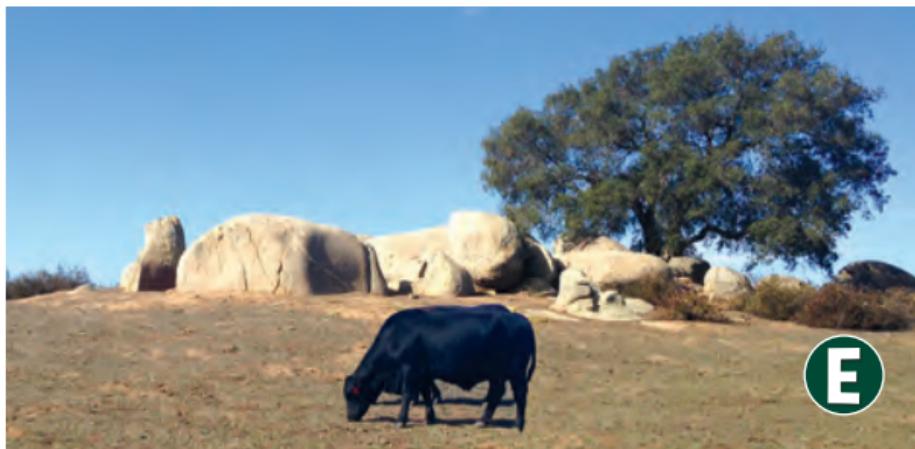
완료: _____

이니셜: _____

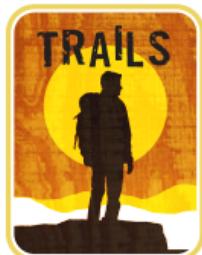
RAMONA GRASSLANDS COUNTY PRESERVE

17430 Highland Valley Road, Ramona, CA 92065

760-788-3326



E



도보여행: WILDFLOWER LOOP TRAIL, 4마일

이용시간: 오전 8시 ~해질녘

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: LONE COAST LIVE OAK 있는 바위 노두

4 마일 흙길의 초급 도보여행을 마치면, 고도 변화가 거의 없는 길을 걸으며 초원, 해안 세이지 관목숲, 수풀, 오크 삼림지대, 저지대와 알칼리 플리애를 접할 수 있습니다. 특히 선선한 계절에 승마인과 라모나 현지인이 자주 찾는 곳입니다. 소를 조심하세요!



완료: _____

이니셜: _____

LOS PEÑASQUITOS CANYON PRESERVE

12020 Black Mountain Road, San Diego, CA 92129

858-484-7504



E



도보여행: SOUTH TRAIL, 최대 3마일

이용시간: 오전 8시~해질녘

주차: 집합지에서 \$3

사진찍기 좋은 곳: 계절적 폭포

Los Peñasquitos Canyon은 San Diego County와 시에서 공동 관리하는 분할 토지입니다. 36백 에이커로 뻗쳐 있는 두 개의 흙길과 작은 바윗길이 양쪽에서 시작한 뒤 서쪽으로 3마일 이동하여, 왕복 5마일의 도보여행이 됩니다.. 방문객은 분수령을 따른 구불구불한 길을 걷거나, 접근로를 택하여 시작과 끝에 역사적인 아도비 집들과 계절 따라 흐르는 폭포를 보며 산행할 수 있습니다. 12122 Canyonside Park Drive, San Diego, CA 92129에 위치한 역사적인 Ranch House 근처에 무료 파킹장을 이용할 수 있습니다.



완료: _____

이니셜: _____



중급 도보여행



LOUIS A. STELZER COUNTY PARK

11470 Wildcat Canyon Road, Lakeside, CA 92040

619-561-0580



도보여행: 스텔저 앤드 서밋 산행로 2.5마일

이용시간: 오전 9:30~해질녘

주차: 차량 당 \$3 사용료

사진찍기 좋은 곳: KUMEYAA PROMONTORY

Louis A. Stelzer County Park은 420에이커의 오크 삼림지대와 해안 세이지 관목숲으로 이루어져 있습니다. 구불구불한 스텔저 도보여행 중 오래된 오크 나무와 울창한 초목 아래를 돌아 서밋 산행로의 가파른 언덕을 오르면 동쪽의 산과 아래의 계곡이 담긴 아름다운 경치를 볼 수 있습니다. 정상에서는 Kumeyaay Promontory도 둘러볼 수 있습니다.



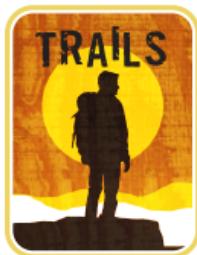
완료: _____

이니셜: _____

DEL DIOS HIGHLANDS COUNTY PRESERVE

9860 Del Dios Highway, Escondido, CA 92025

760-745-4379



도보여행: DEL DIOS HIGHLANDS PRESERVE
TRAIL, 2.6+마일

이용시간: 오전 8시 ~해질녘

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: 하지스 강 LAKE HODGES 을
내려다 보는 지점

Escondido에서 774에이커의 트인 공간을 오르는 Del Dios Highlands County Preserve의 도보여행은 대자연을 간략하게 방문할 수 있는 짧은 트레킹을 선사합니다. 여러 커브길을 돌아 셀프 피트니스 스테이션 및 하지스 강과 태평양 바다의 풍경을 볼 수 있는 높은 지점으로 가보세요! 이 도보여행은 인기 많은 11마일의 Elfin Forest 도보여행 시스템에 연결됩니다.



완료: _____

이니셜: _____

SYCAMORE CANYON/GOODAN RANCH

16281 Sycamore Canyon Road, Poway, CA 92064

858-513-4737



도보여행: MARTHA'S GROVE TRAIL, 3.5마일

이용시간: 오전 8시~우후 7시, 4월~9월 오전 8시~
오후 5시, 10월~3월

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: GOODAN RANCH의 NATURE
CENTER

Sycamore Canyon County Preserve는 32에이커를 차지하는 Goodan Ranch 구역과 상호 연결된 10마일의 도보여행길을 포함한 2,272에이커의 트레일 공간으로 둘러싸여 있습니다. 산악 사이클링에 인기 있는 장소이며, 승마하는 방문객을 흔히 볼 수 있지만, 무더운 날에 이곳을 방문하는 사람들은 모두 냉방장치가 준비된 네이처 센터에서 지역의 동식물에 대해 배우는 것을 즐기기도 합니다. Martha's Grove은 쿠메야아이의 초기 시절 거주 흔적을 특징으로 합니다.



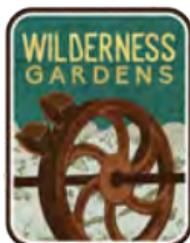
완료: _____

이니셜: _____

WILDERNESS GARDENS COUNTY PRESERVE

14209 Highway 76, Pala, CA 92059

760-742-1631



도보여행: FRANK SPECIAL TRAIL, 3.6마일

이용시간: 오전 8시 ~오후 4시 목요일~화요일(수요일 및 8월 폐쇄)

주차: 차량 당 \$3 사용료

사진찍기 좋은 곳: GRIST MILL 유적

San Luis Rey River 분수령에 위치한 대규모의 보존지역으로, 퍼우마 밸리의 경치와 관리소 근처의 Grist Mill 유적을 자랑하는 어퍼 메도우 도보여행길을 포함한 산행의 명소로, 737에이커를 차지하고 있습니다. 카운티의 역사적 자원 위원회 (County Historic Resources Board)의 유적지 목록에 오른 곳으로, San Diego의 첫 보존지역 중 한 군데입니다.



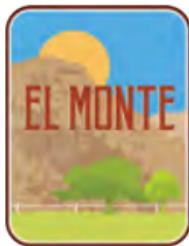
완료: _____

이니셜: _____

EL MONTE COUNTY PARK

15805 El Monte Road, Lakeside, CA 92040

619-443-1474



도보여행: FLUME TRAIL, 최대 5마일

이용시간: 오전 9:30 ~해질녘

주차: 차량 당 \$3 사용료

사진찍기 좋은 곳: HISTORIC FLUME WATER TUNNEL

엘몬테 카운티 공원은 카운티의 당초 공원 중 한 군데로, 넓은 잔디밭, 놀이터, 오래된 나무들 및 지역의 첫 타지 정착민과 가장 유명한 가족에 대해 알리는 명판이 함유된 역사적 제표를 특징으로 합니다. 언덕을 끼고 용수로 길을 타고 오르며 초기 수상 교통의 흔적을 볼 수 있으며, (저희의 가장 상급 산행인) El Capitan County Preserve의 근원지인 El Cajon Mountain의 바위 절벽을 감상할 수 있습니다.



완료: _____

이니셜: _____

상급 도보여행

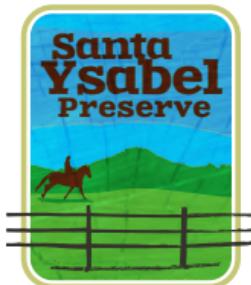


SANTA YSABEL EAST COUNTY PRESERVE

From the Nature Center

22135 Highway 79, Santa Ysabel, CA 92070

760-765-4098



도보여행: NATURE CENTER LOOP TRAIL에서 COAST TO CREST와 WESTERN LOOP TRAIL, 5마일

이용시간: 오전 8시 오전 8시~해질녘(현재 네이처 센터 시간은 SDPARKS.ORG에서 확인)

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: SANTA YSABEL VALLEY

78번과 79번 고속도로가 만나는 지점 근처에 제로 넷에너지의, LEED 골드를 인증받은 Santa Ysabel Nature Center가 있습니다. 이곳은 보레고 산 보존지역(Mountain-Borrego preserves)의 입구라고 볼 수 있으며, 구불구불한 잔디로 덮힌 언덕, California Live Oaks와 현지 목장에서 자라는 소 사이 위치한 건물은 상호적인 교육적 전시물로 가득차 있습니다. 동쪽과 서쪽 보존지역 도보여행의 시작점은 서로 다른 산행 경험을 제공하며, 3마일의 Nature Center Loop 또한 예외되지 않습니다; 이 도보여행길도 정상에서 연결되고, 두번째 원형 도로에서 PCT로 연결되어 총 10마일을 걷게 됩니다. Nature Center에서 시작하여, (79번을 끼고) 북쪽으로 걷다가, Coast to Crest Trail을 향해 우회전합니다. 합류점에서 좌측으로 갑니다. 두번째 합류점에 도착하면, 좌측의 Nature Center로 돌아갑니다.



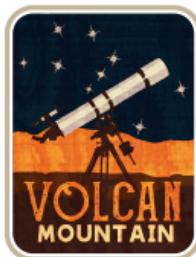
완료: _____

이니셜: _____

VOLCAN MOUNTAIN WILDERNESS PRESERVE

1209 Farmer Road at Wynola Road, Julian, CA 92036

760-765-4098



도보여행: FIVE OAKS TRAIL, 5.4 마일

이용시간: 오전 8시~해질녘

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: AIRWAY BEACON LIGHT TOWER

Volcan Mountain Wilderness Preserve은 2,900에이커의 침엽수 숲 조합을 포함하여, 특이한 도보여행 경험 및 맑은 날에는 해안 및 사막이 함께한 기막힌 풍경을 제공합니다. Five Oaks Trail은 산비탈을 따라 연속되는 지그재그 길을 통한 산행에 더 넓은 접근로보다 많은 그늘과 평온한 쉼터를 제공합니다. 짧은 도보여행이지만 계속되는 오르막길이기에 준비를 확실히 하고 오셔야 할 것입니다!



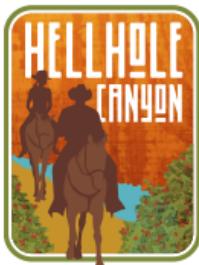
완료: _____

이니셜: _____

HELLHOLE CANYON COUNTY PRESERVE

19324 Santee Lane, Valley Center, CA 92082

760-742-1631



도보여행: HELL CREEK, 최대 13.5마일

이용시간: 오전 8시~해질녘; 금요일, 토요일, 일요일 및 월요일; 8월 폐쇄

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: HELL CREEK

Hellhole Canyon County Preserve는 1,907에이커의 야생동물 회랑을 보호하며, 헬 크릭 위 및 근처에서 Rodriguez Mountain 정상까지 13.5마일의 중급에서 고난도의 도보여행을 제공합니다. 비탈진 언덕에 흘어져 있는 수풀이 토끼, 뱀, 코오테와 야생 칠면조에게는 안식처를 제공합니다. 봄이 되면 라일락이 꽃이 피어, 흰색과 보라색으로 가득 찬 풍경을 선사합니다.



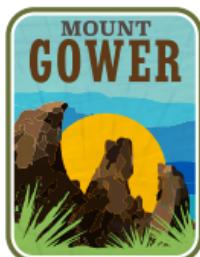
완료: _____

이니셜: _____

MT. GOWER COUNTY PRESERVE

17090 Gunn Stage Road, Ramona, CA 92065

760-788-3326



도보여행: MT. GOWER RIDGE TRAIL

이용시간: 오전 8시 ~해질녘; 8월 폐쇄

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: 바위의 독특한 형성

이 Ramona 산은 Mt. Woodson보다 북적거리지는 않지만, 그만큼 바위의 형성, 아름다운 나비 및 독특한 식물, 나무와 꽃조합의 볼거리로 방문객을 사로잡습니다. 1,574에이커로 측정되며, 도보여행이 모래분지에서 시작되어, 여러 차례의 지그재그 길을 통해 점차 노출된 화강암이 이끼로 뒤덮히고 계절적 비가 남긴 우덩이에 둘러싸인 3,103피트의 고도에 도달합니다.



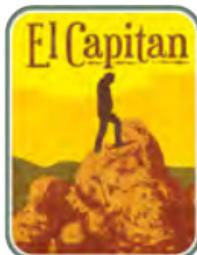
완료: _____

이니셜: _____

EL CAPITAN COUNTY PRESERVE

13775 Blue Sky Ranch Road, Lakeside, CA 92040

619-561-0580



도보여행: EL CAJON MOUNTAIN TRAIL, 11+ 마일

이용시간: 오전 8시~해질녘; 8월 폐쇄

주차: 무료

사진찍기 좋은 곳: 엘 카존 산 정상 표지

El Capitan County Preserve의 2,619에이커의 개방 공간은 삼림 지대, 해안 세이지 관목과 여러 종류의 수풀을 훑어 볼 수 있는 공간을 제공합니다. 이 도보여행은 카운티 내 가장 상급 산행 중 하나로 꼽히며, 완료하는 데 쉽게 6시간까지 걸릴 수 있으나, 일 년에 두 번 워리어 도보여행 도전을 개최하는 현충일과 재향 군인의 날에는 실현성 있게, 세 단계로



완료: _____

이니셜: _____

Stay Connected



@CountyofSanDiegoParksandRecreation



@sandiegoparks



@sandiegoparks



@sdcountyparks



@sdcountyparks



sdsparks.org



THE UPSIDE OF OUTSIDE



LIVE WELL
SAN DIEGO