

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

