

注意事項

- ① 食後30分以上空けてから運動しましょう。
- ② 運動靴・帽子・タオル・水筒等を持参し、運動できる服装で歩きましょう。
- ③ 準備体操を行いましょう。
- ④ こまめに水分補給を行いましょう。
- ⑤ 自分のペースで歩きましょう。
- ⑥ 「体の調子がおかしいな」と思ったらすぐに中断しましょう。
- ⑦ 熊や蛇等に気をつけましょう。

Walking ウォーキングマップ Map



あと、1日、
15分歩こう！



©宮城県・旭プロダクション

宮城県総合運動公園
(グランディ・21)



無理せず楽しく
歩きましょう！

お問合せ

指定管理者 宮城県スポーツ協会 TEL:022-356-1122
指定管理者 東洋緑化株式会社 TEL:022-767-3621



宮城県総合運動公園(グランディ・21)

Walking Map

ウォーキングマップ



県民の森
Kenmin no mori



海まで見渡せる絶景ポイント

春
サクラ

春
サクラ

秋
ヤマグリ



豊富な遊具を完備!



大人も楽しめる
フィットネスロードも設置!



展望台



四季彩橋



復興モニュメント



オリンピック
開催記念碑

四季彩橋

公園管理事務所

第6駐車場

第5駐車場

第7駐車場

第4駐車場

投てき場

桑田佳祐さん
植樹のサクラ

補助競技場

総合体育館

第3駐車場

B駐車場

A駐車場

案内所

総合プール

第2駐車場

合宿所

テニスコート



冬季には
イルミネーションが登場

イベント開催
時のみ開放と
なります。

さんさくコース
みはらしコース
スタート・ゴール

- こまわりコース 約1.2km
- みはらしコース 約4.0km
- さんさくコース 約4.2km

- 絶景ポイント
- 害獣除け鈴設置場所
- 春には桜が咲きます