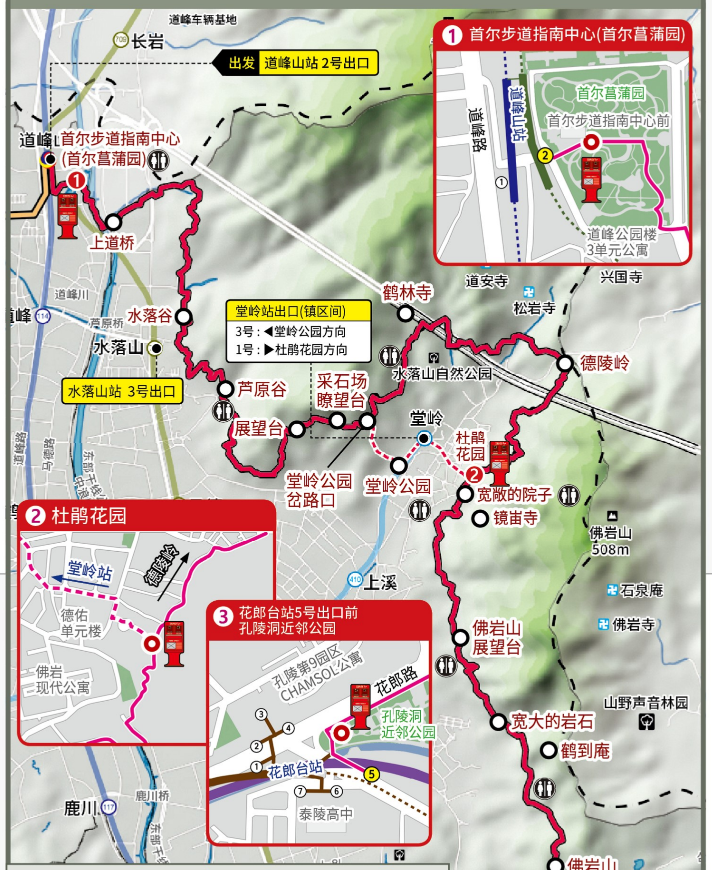
1 水落・佛岩山路线

芦原, 道峰区

路程：18.6公里 | 时间：8小时 10分钟 | 难度：高

连接水落山和佛岩山的路线，沿途能享受森林浴，并且可以在采石场基地展望台上看到非常美丽的风景。佛岩山路段是与佛岩山步道的平行路段，步行时请参考。



水落山 638m

水落山的名称源自水从巨大的花岗石岩壁滚落下来的样子。岩壁凸出来的地方虽然多，但山势并不险峻。与北汉山、道峰山、冠岳山一同被称之为首尔近邻四大名山。

佛岩山 508m

佛岩山因坐落在其山顶峰的岩石神似佛的形象，所以也叫佛岩山。

首尔菖蒲园 在总面积为52,417m²的土地上，用花菖蒲等以蝴蝶花为主题建设的首尔市生态公园，分为12个主题来营建，给市民们提供生态教育环境、娱乐、休闲空间。

鹤林寺 这里是曹溪宗直属教区总部曹溪寺的末寺。671年（新罗文武王11年）由元晓成立。相传高丽恭愍王（在位1351~1374）时代，懒翁和尚惠勤曾在这里修道。目前，这里因其是以罗汉信仰为中心信仰的道场而闻名。

鹤到庵 朝鲜仁祖2年（1624）无空和尚将位于佛岩山的古庙移到了这里。寺内有大佛堂、三圣阁等殿阁，大雄殿后面的岩壁上依据明成皇后的心愿，在1872年建设了高22.7米，宽7米的巨大"磨崖观音菩萨坐像"（首尔市物质文化遗产第124号），被评价为朝鲜后期最优秀的磨崖像之一。

2 龙马・峨嵯山路线

中浪, 广津区

路程：12.3公里 | 时间：5小时 10分钟 | 难度：中

这是连接墨洞川、忘忧山、龙马山、峨嵯山的路线。是一条沿着山脊散步的路线，也是首尔散步路中景色最美丽的路线。这里有爱国志士们永眠的忘忧墓地公园、峨嵯山堡垒等历史文化遗迹，是一条满是丰富历史文化资源的路线。

龙马山 348m

作为峨嵯山中的第一高峰，与峨嵯山一起，形成了从白头大干分支——广州山脉的尽头。以前包括峨嵯山，也曾被称为南行山。

峨嵯山 295.7m

以前称为南行山的理由是：山势向着南边崛起。村里人也曾称其为阿基山、阿奇山、艾戈山、义基山等。

中浪野营林

学生和家庭野游主题的体验型公园、将人为因素降至最少的设施、以健康森林为主题的生态学习公园、小规模野外舞台设置等，建设以青少年为中心的文化中心公园。

忘优墓地公园

建立在忘忧山一带的墓地公园。韩龙云、方定焕、李仲燮等17位知名人士长眠于此，是散步和慢跑的休息空间，5.2公里的散步路上到处摆放了年谱碑。

峨嵯山堡垒

峨嵯山一带的堡垒群从出土遗物和筑城方法来分析，可判断为是三国时代的遗址，从分布地区来分析，可评价为高句丽5世纪后半期到6世纪中期围绕汉江流域分布的三国局势的重要遗址。尤其，在此出土了高句丽遗址的基地、石棺墓、火炕、陶器、铁器等。

首尔步道 & 汉阳都城路

▶首尔步道

环绕首尔总长156.5公里的首尔步道，共有八条路线，是一条用首尔的历史、文化、自然生态等来编辑故事，并使国内外游客能够感受、学习、体验的步行路。

首尔步道分为"林间路"、"河川路"和"村庄路"。

步道上修建了很多休闲设施、书吧、休息区，可以让市民们在此自由的休息，同时连接了拥有悠久传统的寺庙和遗址，步道被营建为到处都能够体验首尔历史、文化、自然生态的一条路。

使用大众交通都可方便的到达，主要以坡度不高的土路构成，谁都可以即安全又方便利用。

▶汉阳都城路

汉阳都城路是可以环顾首尔城墙的历史和文化的探访路线，共分为六个路段。

顺着包围在首尔市内的南山、仁王山、北岳山、骆山的首尔城墙，重温祖先的精神，就能感觉到那个时代的历史和文化。

首尔步道咨询中心

菖蒲园（道峰区马得路916） 02-779-7902~4

梅轩市民之林（瑞草区梅轩路99） 070-4465-7905

맵북 MAPBOOK 발명특허 제1076790호 | 접이식 책자의 제조방법 | 맵디자인 02) 515-8851
发明专利第1076790号 | 折叠册子的制造方法 | Mapdesign 02)515-8851

首尔步道 + 汉阳都城路

서울특별시

gil.seoul.go.kr

步道邮戳收集

人与自然一起步行的

首尔步道 + 汉阳都城路

서울특별시

서울둘레길 안내센터 Seoul Trail informationcenter

3 高德・一字山路线

江东, 松坡区

路程：25.6km | 时间：8小时 50分钟 | 难度：易

这是一条途经汉江、高德山、一字山、城内川、炭川的路线，是一条由江边路、林间路、河川路和谐构成的路线，沿途可以欣赏到首尔多样的风景。

岩寺洞史前居住遗址

在这里发现了公元前4000 ~ 3000年时期新石器时代人们生活过的石窟，1981 ~ 1988年，通过挖掘调查将石窟复原后，营建了岩寺洞先史遗址公园。

一字山 134m

作为环绕首尔外圈的山，从甘北洞的浮桥到草二洞南北绵延约5km。1971年指定为城市自然公园并营建了相关休养设施以及散步路。

高德山 86.3m

高丽的节义忠臣(節義忠臣)石滩李养中(石灘養中)先生，在高丽亡国后，朝鲜建国开始，就弃官 (官職)寻野(野人)来到了这片山麓，过上了隐士生活，之后根据周边人们的意见，为这座山取了名字。

동행·매력 특별시 서울 서울특별시

登山时必须遵守的事项!

- 尽量避免一个人 两人以上更安全。
- 只走规划好的登山路。
- 不去危险的地方。
- 天黑前下山。
- 准备登山装备确保安全。
- 暴雨、台风、暴雪天气时不登山。
- 登山途中禁止饮酒和吸烟。
- 根据自身体力和健康状况量力而行。
- 事故电话119 山岳救助队 (1688-3119)
- 登山时保护自然 为他人着想。

4 大母・牛眠山路线

江南, 瑞草区

路程：18.3km | 时间：8小时 10分钟 | 难度：中

是一条连接大母山、九龙山、良才市民之林、良才川、牛眠山的路线，坡度舒缓，无论是谁都可以容易行走。可以在大母・牛眠山与郁郁苍苍的树林里散步，享受森林浴。

梅轩市民之林

作为位于良才洞的公园，森林营造的十分美丽，是情侣们约会的好去处。这里目前是在城市中心很难看到的葱翠的树林，特别是在秋天，这里的树上还会结出柿子、木瓜等果实，可以感受到丰盛的自然。

艺术殿堂

这里不仅有节日剧场・音乐堂・美术馆・资料・教育馆等可以全面感受艺术的室内空间，还有圆形广场・相见之路・传统韩国庭院・野外剧场以及市场等室外空间，这里有各式各样大而全的世界级水准的设施。

大成寺 据传，大成寺是印度的摩罗难陀创建于384年的古寺。据说，在朝鲜明宗时期，普雨大师在此停留，并意欲佛教的复兴，在近代，僧侣白龙城和韩龙云、天道教的孙秉熙、基督教的吉善宙、李弼柱等一同齐心合力谋求民族和宗教的复兴。

大母山 293m

大母山位于首尔市江南区开浦洞与逸院洞南侧，因为山形很像老奶奶，所以称其为大母山，之前曾被称为奶奶山，相传朝鲜时代太宗李芳远将他的妃子元敬王后闵氏的墓——献陵，建在大母山的南侧后，依王命称之为大母山。

九龙山 306m

古时候 有位妇女看到十条龙升天的场景后受到了惊吓，大声尖叫。结果导致其中的一条龙坠亡 只有九条龙升到了天上。 蒙古栎和从日本移植过来的刚松等 树木生长在四周。稀有的树种 黑桦也在生长。

牛眠山 293m

这座山看起来就像正在睡觉的牛，所以称之为牛眠山。此外，牛眠山还有其他多样的名字，比如，山上的岩石像冠一样，所以也被称为冠岳山，又如，因为有射箭的射箭场与亭子，也被称为射亭山。 山势为从东向西躺卧的形象。

细分首尔步道路线

考虑到个人的体力以及使用的目的等，步道可以细分为21条路线，并设置了共28个邮戳收集设施。

路线名（细分路线）		156.5 (公里)	时间	备注
路线一 水落・佛岩山	1-1	06.3	2:50	道峰山站 ~ 堂岭公园岔路口
	1-2	05.4	2:50	堂岭公园岔路口~ 杜鹃公园
	1-3	06.9	2:30	杜鹃公园~花郎台站
路线二 龙马・峨嵯山	2-1	07.7	3:00	花郎台站 ~ 咔嚓岭休息区 (四佳亭站)
	2-2	04.6	2:10	咔嚓岭休息区 (四佳亭站) ~ 广渡口站
路线三 高德・一字山	3-1	09.3	3:00	广渡口站 ~ 明逸近邻公园入口（高德站）
	3-2	07.7	3:15	明逸近邻公园入口（高德站）~ 梧琴1桥（奥林匹克站）
	3-3	08.6	2:35	梧琴1桥（奥林匹克站）~ 水西站
路线四 大母・牛眠山	4-1	10.7	4:50	水西站 ~ 良才市民之林 (良才市民之林站)
	4-2	07.6	3:20	良才市民之林 (良才市民之林站) ~ 舍堂站岔路口
路线五 冠岳・虎岩山	5-1	05.7	2:30	舍堂站岔路口 ~ 冠岳山公园入口
	5-2	07.3	3:30	冠岳山公园入口 ~ 石水站
路线六 安养川・汉江	6-1	08.0	2:05	石水站 ~ 九一站
	6-2	10.2	2:25	九一站 ~ 加阳大桥南端 （加阳站）
路线七 烽山・莺凤山	7-1	07.7	2:10	加阳大桥南端 （加阳站）~ 缯山站岔路口
	7-2	09.1	4:15	缯山站岔路口 ~ 旧把拨站
路线八 北汉山・道峰山	8-1	05.9	2:45	旧把拨站 ~ 北汉山生态公园
	8-2	07.4	4:00	北汉山生态公园 ~ 兄弟峰入口
	8-3	06.0	2:50	兄弟峰入口~华溪寺一柱门
	8-4	07.1	3:30	华溪寺一柱门~北汉山牛耳站
	8-5	07.3	3:25	北汉山牛耳站 ~ 道峰山站

首尔步道 邮戳收集指南

在首尔步道上为步行者设置了邮筒形式的邮戳收集台。寻找各个区域的邮戳收集台，收集到所有起点的邮戳时，会颁发走完首尔步道全程的证明。详情请咨询首尔步道指南中心（02-779-7902~4）。

ANDROID IOS

通过手机软件 "Bigwalk"，健康散步吧!

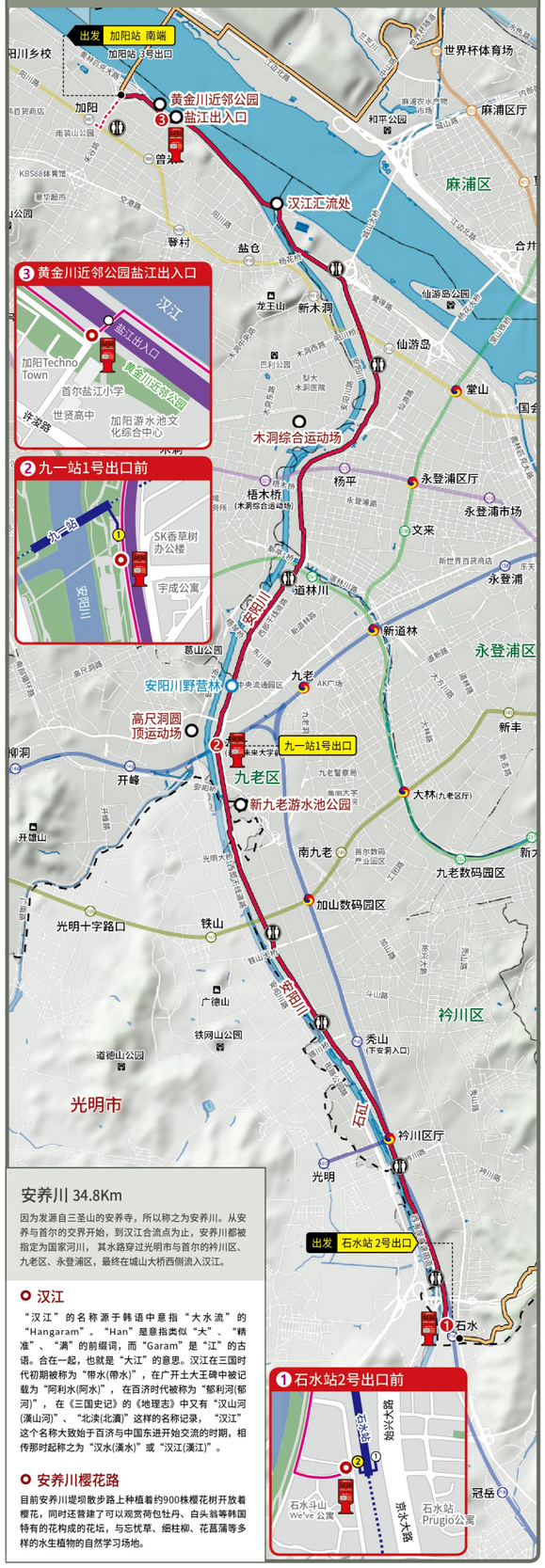
Bigwalk软件是在日常生活中，不论何时，根据步行的距离来积累捐款额的优秀软件。每10米积累一元，捐给那些腿脚不便的儿童传递义足，步行时显示自己步行的时间、距离、卡路里，具有一举两得的效果。现在开始在首尔步道上和bigwalk一起，来开始健康的步行吧。

6 安养川・汉江路线

路程：18.2km | 时间：4小时 30分钟 | 难度：容易

衿川, 九老, 永登浦, 江西区

首尔步道中唯一一条可以在夜间使用的路线，是一条沿着安养川与汉江的路线。随四季而变化的风景非常美丽，路线沿途到处都有地铁站，使用起来非常便利。



安养川 34.8Km

因为发源自三圣山的安养寺，所以称之为安养川。从安养与首尔的交界开始，到汉江合流点为止，安养川都被指定为国家河川，其水路穿过光明市与首尔的衿川区、九老区、永登浦区，最终在城山大桥西侧流入汉江。

汉江

“汉江”的名称源于韩语中意指“大水流”的“Hangaram”。“Han”是意指类似“大”、“精准”、“满”的前缀词，而“Garam”是“江”的古语。合在一起，也就是“大江”的意思。汉江在三国时代初期被称为“带水(帶水)”，在广开土大王碑中被记载为“阿利水(阿水)”，在百济时代被称为“郁利河(郁河)”，在《三国史记》的《地理志》中又有“汉山河(漢山河)”、“北溟(北漢)”这样的名称记录，“汉江”这个名称大致始于百济与中国东进开始交流的时期，相传那时起称之为“汉水(漢水)”或“汉江(漢江)”。

安养川樱花路

目前安养川堤坝散步路上种植着约900株樱花树开放着樱花，同时还营建了可以观赏荷包牡丹、白头翁等韩国特有的花构成的花坛，与忘忧草、细柱柳、花菖蒲等多样的水生植物的自然学习场地。

7 烽山・莺凤山路线

路程：16.8km | 时间：6小时 25分钟 | 难度：中

麻浦, 恩平区

穿过加阳大桥，连接汉江公园、彩霞公园、蓝天公园、世界杯体育场、佛光川、凤山・莺凤山等路线，是一条能够体验首尔各种场景的路线。

凤山 209m　位于首尔市恩平区龟山洞和京畿道高阳市边界的山。山顶峰有烽火台，所以称之为烽山。

莺凤山 235.1m　山上栖息着很多黄莺，所以得到了莺凤这个名字，莺凤山包括鹊耳栎等有一百多种树。比起其他山保存了树林原有的模样，形成了“种类多样化”且维持了健康的生态环境。

世界杯公园

2002年建设韩日世界杯主体育场——世界杯体育场的时候一起建设的地方，包括平和公园、蓝天公园、彩霞公园、兰芝川公园、兰芝汉江公园等由五个区域来构成的。平和公园是和世界杯体育场连接在一起的公园，是二十一世纪以来第一次举办过世界杯的公园，为了纪念世界杯的举办和祝愿世界的和谐以及韩半岛的统一来建设的。池塘周边修了散步路，在那里滑滑轮和滑板的人特别多。

世界杯体育场

位于麻浦区兰芝道路的世界杯体育场因2002年世界杯而有名，一次能容纳66,806名观众。

凤山生态景观保存地区

烽山生态景观保护地区（73.478平方米）有首尔地区难得一见的大规模槲栎树群落。

8 北汉・道峰山路线

路程：33.7km | 时间：16小时 30分钟 | 难度：中

恩平, 钟路, 城北江北, 道峰区

这是一条连接北汉山和道峰山的路线。从禅林寺到道峰探访支援中心，是首尔步道和北汉山步道的交界区域，没有另外的首尔漫步路指路标志，所以请沿着北汉山步道的指路标志来移动。详细的内容请咨询北汉山漫步路探访支援中心(02-900-8085)。

首尔步道和北汉山步道交界的地段
（经过此地段时，请跟随北汉山步道的指路标志。）

北汉山 835.6m

与白头山、智异山、金刚山、妙香山并称为韩国的五岳名山。北汉山在首尔邻近的山之中最高且山势雄伟，从古代就开始称之为首尔的镇山。北汉山的山脊上有长达8公里的北汉山城，平均高度为7米、在14个城门当中由大南门、大西门、大成门、辅国门、龙岩门等，保存了其原型。

道峰山 740.2m

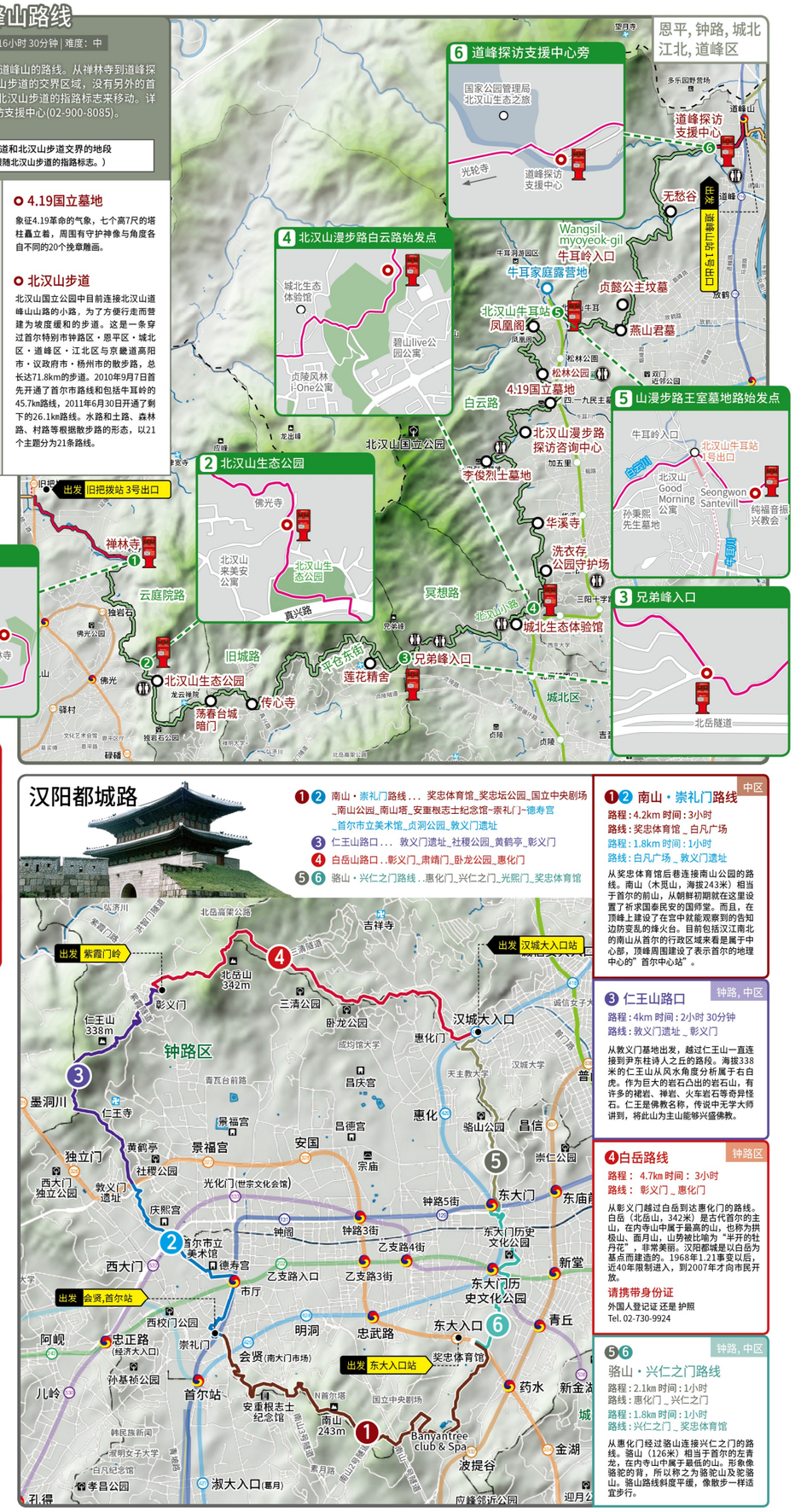
位于首尔北部道峰区和京畿道杨州边界的山。高739.5米，最高的山峰是紫云峰(紫雲峰)。与北汉山一起包括在北汉山国立公园里，位于首尔的北部。以牛耳岭(牛耳嶺：又称为岩石坡)为境界，与北汉山并排升起，北边挨着巍牌山。

4.19国立墓地

象征4.19革命的气象，七个高7尺的塔柱矗立着，周围有守护神像与角度各自不同的20个挽章雕画。

北汉山步道

北汉山国立公园中目前连接北汉山道峰山山路的小路，为了方便行走而普建为坡度缓和的步道。这是一条穿过首尔特别市钟路区・恩平区・城北区・道峰区・江北区与京畿道高阳市・议政府市・杨州市的散步路，总长达71.8km的步道。2010年9月7日首先开通了首尔市路线和包括牛耳岭的45.7km路线，2011年6月30日开通了剩下的26.1km路线。水路和土路、森林路、村路等根据散步路的形态，以21个主题分为21条路线。



落星岱公园

落星岱是高丽时代名宰相姜邯赞出生的地方，圣地化后普建为公园并向市民开放。相传姜邯赞出生时天空落下了颗星星，故而称他出生的地方为落星岱。

天主教三圣山圣地

三圣山圣地是安葬1839年己亥迫害中在沙南基殉教的St.Imbert主教、St. Maubant神父与St. Chastan神父的遗骨的圣地。本来“三圣山”之名源于高丽时代末期的名僧懒翁、指空、无学在此修道。有趣的是，在这座山的山麓上，3位曾是天主教圣职人员的圣人传教士的遗骨也埋葬于此，70年代后，天主教内的“三圣山”指的就是“安葬三位圣人遗骨的圣地”。

虎压寺

大韩佛教曹溪宗直辖教区的本寺，即曹溪寺的末寺，于公元1407年（太宗7年），奉王命创设。相传当时的三圣山山势呈老虎势，在果川和汉阳虎患很凶，听了占星家的话后，为了镇住山势，而创设了这些寺庙，所以也被称为虎岬寺或虎岩寺。

汉阳都城路

❶❷ 南山・崇礼门路线 … 奖忠体育馆_奖忠坛公园_国立中央剧场_南山公园_南山塔_安重根志士纪念馆-崇礼门-德寿宫_首尔市立美术馆_贞洞公园_敦义门遗址

❸ 仁王山路口 … 敦义门遗址_社稷公园_黄鹤亭_彰义门

❹ 白岳山路口 ..彰义门_肃靖门_卧龙公园_惠化门

❺❻ 骆山・兴仁之门路线 ..惠化门_兴仁之门_光熙门_奖忠体育馆

❶❷ 南山・崇礼门路线 中区

路程：4.2km 时间：3小时
路线：奖忠体育馆 _ 白凡广场

路程：1.8km 时间：1小时
路线：白凡广场 _ 敦义门遗址

从奖忠体育馆后巷连接南山公园的路线。南山（木觅山，海拔243米）相当于首尔的前山，从朝鲜初期就在这里设置了祈求国泰民安的国师堂。而且，在顶峰上建设了在空中就能观察到的告知边防变乱的烽火台。目前包括汉江南北的南山从首尔的行政区域来看是属于中心部，顶峰周围建设了表示首尔的地理中心的“首尔中心站”。

❸ 仁王山路口 钟路, 中区

路程：4km 时间：2小时 30分钟
路线：敦义门遗址 _ 彰义门

从敦义门基地出发，越过仁王山一直连接到尹东柱诗人之丘的路段。海拔338米的仁王山从风水角度分析属于右白虎。作为巨大的岩石凸出的岩石山，有许多的裙岩、禅岩、火车岩石等奇异怪石。仁王是佛教名称，传说中无学大师讲到，将此山为主山能够兴盛佛教。

❹ 白岳路线 钟路区

路程： 4.7km 时间： 3小时
路线： 彰义门 _ 惠化门

从彰义门越过白岳到达惠化门的路线。白岳（北岳山，342米）是古代首尔的主山，在内寺山中属于最高的山，也称为拱极山、面月山，山势被比喻为“半开的牡丹花”，非常美丽。汉阳都城是以白岳为基点而建造的。1968年1.21事变以后，近40年限制进入，到2007年才向市民开放。

请携带身份证
外国人登记证 还是 护照
Tel. 02-730-9924

❺❻ 骆山・兴仁之门路线 中区, 钟路区

路程：2.1km 时间：1小时
路线：惠化门 _ 兴仁之门

路程：1.8km 时间：1小时
路线：兴仁之门 _ 奖忠体育馆

从惠化门经过骆山连接兴仁之门的路线。骆山（126米）相当于首尔的左青龙，在内寺山中属于最低的山。形象像骆驼的背，所以称之为骆驼山及驼骆山。骆山路线科度平缓，像散步一样适宜步行。