

우리 동네 걷기 좋은 곳  
**아이스하우스캐년(Ice House Canyon)**  
**트레일 - Mount Baldy**



▲ 겨울철 눈에 덮인 아이스하우스 캐년(Ice House Canyon) 트레일, 사진=타운뉴스

여러 차례 소개한 트레일이다. 한인들이 많이 찾는 트레일 가운데 하나로 길이는 왕복 7.2마일이다. 소요시간은 5시간에서 6시간을 예상하면 무난하다. 여름이면 차고 맑은 시냇물, 높이 자란 나무들, 계곡으로 들어서면서 고국의 어느 산을 오르고 있다는 착각에 빠지게 한다. 지명에서 알 수 있듯이 예전에는 한 겨울에 얼음을 저장해두었다가 여름철에 잘라서 LA로 공급했다고 한다.

주차장에서 1마일 정도 가면 갈림길이 나온다. 왼쪽 길, Chapman Trail을 택하면 Cedar Glen Trail Camp를 지나 새들까지 갈 수 있다. 보통은 오르던 길을 따라 그대로 오른다. 2.4마일 지점에 약수터가 나오며 잠시 더

오르면 Chapman Trail과 만나게 된다. 1마일 정도 오르면 Icehouse Canyon Saddle에 도착한다. 이곳에 있는 표지판을 보면-겨울철에는 눈에 덮여 있는 경우가 더 많다- 왼쪽은 Telegraph Peak, 가운데는 Cucamonga Peak, 오른쪽은 Ontario Peak으로 연결된다. 눈에 많이 오는 겨울철에는 반드시 아이젠을 착용해야 한다.

■ 가는 길: LA에서 210번 동쪽으로 간다. 57번 Fwy를 지나 Mountain Ave에서 내려 좌회전 한 후 산 쪽으로 북상한다. 계속 길 따라 올라가면 Mountain Baldy Rd와 연결된다. 길 따라 계속 오르다 보면 Mt. Baldy Village를 통과하게 되고 1마일 정도를 더 오르면 삼거리가 되는데 오른쪽 길을 들어서면 왼쪽이 주차장이다.

Lic. #920169 Since 2007 Insured & Bonded

**지붕에 관한 모든 것 블루 크루에 맡기세요**  
 Blue Crew

**무료 견적**

- 신축, ADU, Addition 지붕공사
- 태양광 관련 문의 및 자문환영
- 가정집, 아파트, 커머셜, 지붕수리 및 재시공

www.coolroofservice.net  
**(213) 820-3789 LA**  
**(562) 237-8900 OC**

Buena Park Nursing Center ★★★★★

**부에나 팍 양로병원**

- ▶ Skilled Nursing  
IV 투여, 당뇨 및 투석관리, 스페셜 통증관리, 튜브영양법, Wound Care, TPN 등
- ▶ Subacute Unit  
Respiratory Therapy, Tracheostomy Care Ventilator 등

서비스	재활치료
한국음식 또는 미국음식 한국인 스태프 / 한국인 소셜워커 한국책, 신문 / 24시간 한국방송 다양한 한인교회 봉사활동	물리치료 (PT) 작업치료 (OT) 언어치료 (ST)

메디케어, 개인, 메디칼, HMO, PPO 취급합니다

한국어: 562-240-3516 www.buenaparknc.com  
 영어: 714-828-8222 Fax: 714-828-1467  
 8520 Western Ave, Buena Park, CA 90620

**어바인 Total Care**  
**임플란트 치과**

**시니어 스페셜!**

**65세 이상 메디케어로 받치, 뼈이식등 구강외과 혜택 가능**

메디케어 인증 병원  
 컴퓨터 가이드 임플란트 시술로 무절개, 무통증, 빠른 회복, 치과공포 있으신 분 정맥마취로 자면서 치료 가능

**James Kim 치과**  
**949.727.0777**  
 한국어문의 949-702-7811  
 113 waterworks way #220  
 Irvine, CA 92618

74420 Hwy. 111 Suite 1, Palm Desert, CA 92260  
 760.779.5662 (팜스프링 지점)