

우리 동네 걷기 좋은 곳
Castlewood Trail - Fullerton



▲ Castlewood Trail, 사진=타운뉴스

Rosecrans Ave. 선상에서 Beach Blvd.와 Gilbert St. 중간 지점에 있는 Ralph B. Clark Regional Park 앞에 차를 세우고 횡단보도를 건넌다. Rosecrans 길을 따라 언덕길을 오르면 소방서가 나온다. 소방서 오른쪽으로 난 길을 걸어 들어가면서 Castlewood Trail이 시작된다. 오른쪽으로 주택들이 있고 왼쪽은 야생의 산이 펼쳐져 있다.

나무들이 그늘도 만들어주는 아주 쾌적한 길이다. 단 한 가지 자전거 타는 사람들도 이용하는 길이라 그들과 부딪히지 않도록 주의해야 한다.

왼쪽에 펼쳐져 있는 야산에는 수많은 트레일들이 있

다. 길에서 벗어나지 않고 길 따라 계속 걷다보면 Gilbert St.을 만난다. 자동차들이 속력을 많이 내어 달리는 길이다. 반드시 신호등을 확인한 후에 자동차들도 정차했는가를 확인하고 건너기 바란다. 길을 건너 잠시 걷다 보니 이 트레일 이름인 Castlewood라는 도로 명이 적힌 표지판과 Parks Rd. 표지판이 교차해 걸려 있다. 길이 오른쪽으로 커브를 돌면서 이름이 바뀐다. 즉 Castlewood 길 이 끝나는 지점이다. 다시 오던 길로 돌아온다.

왕복 3.6마일 그리 길지 않은 코스이지만 나무들이 우거진 숲속을 걷기도 하고 언덕도 있고, 자동차들이 다니는 도로를 건너기도 하는 다채로운 트레일이다.

TOGO PRINT

디자인 | 명함 | 각종인쇄 | 판촉물

657-706-5816

TOGOPRINT

현지 보다 저렴하게! 신속하게!
고품질로 각종 인쇄 부터 디자인까지

4950 Barranca Pkwy Suite 102, Irvine, CA 92604

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

이광혁 내과 : 일반내과 전문의
(JOHN K. LEE, M.D.) **노인과 : 메디케어 전문의**

이민국(USCIS) 신체검사 지정병원

건강 검진 스페셜 \$199

1. 내과 전문의 상담, 진찰 및 치료 (1회)

2. 종합혈액검사:
혈당검사, 간기능 검사, 신장기능검사, 갑상선호르몬검사
종합콜레스테롤검사, 중성지방검사, 전해질검사
혈중단백질검사, 칼슘검사, 빈혈검사, 백혈구검사
적혈구검사, 혈소판검사, 요산검사, 지방간검사
당화혈색소(HbA1c)

3. 정밀소변검사:
Color, Character, Specific Gravity, PH, Glucose, RBC,
Protein Ketones, Blood, Urobilinogen, Nitrite, WBC,
Bilirubin, Epithelial Cells, Bacteria, Casts, Crystals

진료시간 : 월 - 금: 8:30am ~ 5:00pm 토, 일: Closed

Tel: 714.879.8700
400 N. Euclid St.
Fullerton, CA 92832

각종보험(PPO), 메디케어 플랜 받습니다.

John K. Lee, M.D.
미국 내과 보드 전문의
미국 노인과 보드 전문의
Diplomate, American Board of Internal Medicine
CAQ in Geriatric Medicine
Member, American College of Physicians
Member, American Geriatrics Society
Member, American Medical Association