



풀러턴 주민들이 자주 찾는 곳 중의 하나이다. 필자는 친구들과 만나 음식을 잔뜩 먹고 헤어져 오는 길에 소화를 위해 걸을 곳을 근처에서 물색하다가 발견한 트레일이다. Euclid St.를 타고 북상하던 중 Bastanchury Rd에서 우회전한 다음 Harbor Blvd 가기 전에 N Morelia Ave를 만나 좌회전, 즉 올라가면 Laguna Rd.를 만난다. Laguna Rd.를 건너면 트레일 헤드이다. 필자는 차를 Morelia 길에 주차하고 Laguna Rd.를 건너서 걷기 시작했다. 차들이 비탈길을 빠른 속도로 오르내리기 때문에 길 건널 때는 주의를 요한다.



▲ Laguna Lake - Juanita Cooke Greenbelt Trail, 사진=타운뉴스

트레일은 일반 차량의 통행을 금지하는 하얀 가로막이 세워진 곳에서 시작한다. 트레일 헤드임을 알려주는 표시판이 있으며 걸을 때 유의해야 할 사항들이 적혀있는데 상식적인 내용이라 따로 옮기지는 않겠다. 이 트레일은 Juanita Cooke Greenbelt Trail이다. 좌우로 주택들이 있으나 숲으로 가려져 있어 깊은 숲속을 걷는 느낌이다. 길 폭이 꽤 넓으나 자전거를 타고 빠르게 달리는 사람들이 많아 좌우를 살피며 걸어야 한다. 아울러 길바닥에 자갈이 깔려 있어 슬리퍼나 구두를 신고 걷기는 불편하다. 걷기 편한 운동화나 등산화를 신기 바란다.

1마일 정도를 걸어가면 왼쪽 길(Lakeside Dr.) 건너에 Laguna Lake가 보인다. 길을 건너 호수를 바라보며 왼쪽으로 가나 오른쪽으로 가나 호수를 한 바퀴 돌아오면

된다. 호수에서 낚시가 가능하며 16살 이상으로 캘리포니아 낚시 및 게임 라이선스가 있어야 한다.

만일 길가에 주차하기를 원하지 않는다면 Laguna Lake Park(3120 Lakeview Dr., Fullerton, CA 92835) 주차장에 세우고 걷는 편이 좋다. 물론 트레일 헤드가 다르다. 주차장에서 걷기 시작해 호수를 만나면 위에 소개한 길과 만나게 된다. 위의 안내대로 걸으면 약 2.5마일, Laguna Lake Park 주차장에 세우고 걸으면 3마일이 약간 넘을 것으로 예상된다.

- ▶ Open 8AM - 7PM
- ▶ 문의: (714) 738-6575

가든그로브 비타민 전문점

Organic Vitamins

- 500종류 정도의 비타민과 원료구비
- 비타민 원료 : 아사이, 마취, 블루베리, 고지베리베리, 아로니아, 그라비올라, 크랜베리, 비타민나무, 여주농축액, 차콜, 콜라겐, 블랙커런트, 모링가, 로얄제리원액, 페루산삼, 마카, 트리블러스(산삼보다 높은 사포닌 함유)

이제 비타민은 전문점에서 정확한 진단 후 복용하세요.

Tel. (714)534-4938
9972 Garden Grove Blvd #G
Garden Grove, CA 92844

이광혁 내과 : 일반내과 전문의

(JOHN K. LEE, M.D.) 노인과 : 메디케어 전문의

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

이민국(USCIS) 신체검사 지정병원

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