

例会案内

【グレード】《体力度》(計画書で指示された荷物を持って)

(^) 人里歩き・ウオーキング(クリーンハイク、新神戸から桜茶屋まで)

○(-) ○より難度が軽い ○(+)
○より難度が重い

○ 一日の歩行時間3~6時間(六甲縦走路 須磨から高取まで)

○○ 一日の歩行時間6~8時間(六甲縦走路 須磨から市ヶ原まで)

○○○ 一日の歩行時間8時間以上(六甲縦走路 須磨から宝塚までを完歩)

○○○○ 日程全般にわたり高所で、行動が長く、総合的な体力と登高スピードが必要

《技術度》(計画書で指示された荷物を持って)

☆ (夏) 三点確保で岩場の登降が確実にできる

☆☆ (夏) 会の初級程度の岩登り経験者

☆☆☆ 別途、参加資格条件を例会案内に記載

《岩登り区分》

岩登りA 初心者対象

岩登りB 経験者対象

岩登りC CL、SL 対象

《例会参加のための必要労山基金口数》

ハイキング : 3口相当以上

岩A・沢入門 : 5口相当以上

アルパイン・雪山・岩BC・沢 : 10口相当以上

例会参加にあたっての注意事項

12月~3月の山行参加時は低山でも軽アイゼンを持参しましょう

<p>【363】 12/3(日)</p>	<p style="text-align: center;">六甲山からゴミをなくそう! 【グレード○】</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">クリーンハイク</p> <p>◇担当 田中みお・大石雅恵 申込不要</p> <p>◇集合 JR新神戸駅 1階 8:50am</p> <p>◇コース (ハイキング部会出席者) 新神戸駅→市ヶ原→天狗道→摩耶山→上野道→神戸高校上 →事務所 (以外 途中下山可) 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷分岐→摩耶山→上野道→神戸高校上(解散) 11月度 運営委員会承認済</p> <p>◇地図 昭文社「六甲・摩耶」</p> <p>※ゴミはさみ、ゴミ袋を持参してください</p> <p>※ワンポイントレッスン ポウラインノット ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【367】 12/9(土)</p>	<p style="text-align: center;">高取山で紅葉狩り 高取山 328m 【グレード○】</p> <p>◇担当 都司元晴</p> <p>◇集合 JR塩屋駅 9:00am 申込期限 12/2(土)</p> <p>◇コース JR塩屋駅→旗振山→須磨アルプス→高取山→高取大明神登山口→地下鉄板宿駅 12.5km 6.5h</p> <p>※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【371】 12/10(日)</p>	<p style="text-align: center;">芦屋川右岸新道工事中には! 荒地山 549m~七兵衛山 462m 【グレード</p> <p>◇担当 柳 仁鉉</p> <p>◇集合 阪急芦屋川駅北側 9:00am 申込期限 12/4(月)</p> <p>◇コース 阪急芦屋川駅北側→芦屋川右岸新道→芦屋ゲート→荒地山→七兵衛山→八幡谷→阪急岡本駅 14km 5h</p> <p>※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【372】 12/10(日)</p>	<p style="text-align: center;">六甲縦走3分割3 雪が降る前に歩いてみませんか? 【グレード○○】</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">六甲ケーブル下~宝塚</p> <p>◇担当 飯島雅明</p> <p>◇集合 六甲ケーブル下駅 8:30am 申込期限 12/3(日)</p> <p>◇コース 六甲ケーブル下 → (油コブシ) → 神戸ゴルフ場 → 一軒茶屋 → 宝塚駅 17km 7h</p> <p>※コース状況: 1月の縦走トレでは積雪の可能性が有ります 雪の無い時に歩いてみたい方参加下さい</p> <p style="text-align: right; background-color: yellow;">※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【374】 12/15(金)</p>	<p style="text-align: center;">天下分け目の山崎の合戦の舞台 【グレード○】</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">天王山 270m</p> <p>◇担当 菅 一彦</p> <p>◇集合 JR山崎駅 10:00am 申込期限 12/8(金)</p> <p>◇コース JR山崎駅→大山崎山荘美術館庭園→天王山→小倉神社→JR山崎駅 7km 4h</p> <p>※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク</p>

【380】 12/23(土)	京都ブラブラ 41 クライマックス家康から紫式部へ 京都・二条城～御所～蘆山寺 [グレード(^)] ◇担当 白川英夫 ◇集合 京都地下鉄二条駅 二条城前 10:00am 申込期限 12/19(火) ◇コース 二条城→御所→蘆山寺 7km 6h ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【010】 1/7(日)	六甲山からゴミをなくそう！ クリーンハイク [グレード] ◇担当 岡部久高・田中清隆 ◇集合 JR 新神戸駅 1階 8:50am 申込不要 ◇コース A 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷分岐→摩耶山→上野道→神戸高校上(解散) B 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→修法ヶ原→大師道→諏訪山公園上(解散) ※ゴミはさみ、ゴミ袋を持参してください ※ワンポイントレッスン フリクションノット ※ビジターさんお試しハイク
【015】 1/13(土)	六甲縦走3分割トレーニング① 須磨浦公園～鶴越駅 [グレード] ◇担当 坂本千代子 ◇集合 山陽須磨浦公園駅 9:00am 申込期限 1/6(土) ◇コース 須磨浦公園駅→旗振山→横尾山→須磨アルプス→高取山→鶴越駅 15km 6h ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【019】 1/17(水)	平日六甲縦走3分割トレーニング① 須磨浦公園～鶴越駅 [グレードO] ◇担当 長谷川豊美 ◇集合 山陽須磨浦公園駅 9:00am 申込期限 1/10(水) ◇コース 須磨浦公園駅→旗振山→横尾山→須磨アルプス→高取山→鶴越駅 15km 6h ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【022】 1/20(土)	三輪山参拝 奈良県大神神社・三輪山 467.1m [グレードO] ◇担当 山口亜紀 ◇集合 阪神神戸三宮駅 8:00am 申込期限 1/13(土) ◇コース 三輪駅→大神神社参拝→三輪山登拝→展望台→三輪駅 4km 4h ※コース状況: 御神体である三輪山の登拝となりますので、水分補給以外の飲食禁止、撮影禁止等の決まり事があります 登拝料 300円 ※雨天中止 ※少人数 ※ビジターさんお試しハイク
【027】 1/24(水)	平日六甲縦走3分割トレーニング② 鶴越～油コブシ [グレードOO] ◇担当 宇野康子 ◇集合 神鉄鶴越駅 8:00am 申込期限 1/17(水) ◇コース 神鉄鶴越駅→菊水山→鍋蓋山→市ヶ原→掬星台→記念碑台→油コブシ→六甲ケーブル下駅 13km 7h ※小雨決行 ※軽アイゼン必携 ※ビジターさんお試しハイク
【036】 1/28(日)	京都ブラブラ 42 光る君へ 4帖「夕顔」の世界へ 京都 七条 [グレード☺] ◇担当 白川英夫 ◇集合 JR 京都駅 10:00am 申込期限 1/22(月) ◇コース 風俗博物館→涉成園→河原院跡→六道皇寺 7km 6h※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【041】 2/4(日)	六甲山からゴミをなくそう！ クリーンハイク [グレードO] ◇担当 川井三子 八重垣宏一 ◇集合 JR 新神戸駅 1階 8:50am 申込不要 ◇コース 新神戸駅→市ヶ原→修法ヶ原【ゴミ計測】→大師道→諏訪山公園(解散) ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ゴミはさみ、ゴミ袋を持参してください。※下山後、全体集会があります ※ビジターさんお試しハイク

【043】 2/7(水)	平日六甲縦走3分割トレーニング③ 六甲ケーブル下～宝塚 ◇担当 菅 千景 ◇集合 六甲ケーブル下駅 8:30am ◇コース ケーブル下駅→油コブシ→ガーデンテラス→軒茶屋→塩尾寺→宝塚駅 ※雨天中止 ※軽アイゼン・ヘッドランプ必携 申込期限 1/31(水) 17km 6h ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇〇】
【048】 2/10(土)	六甲縦走3分割トレーニング② 鶴越～六甲ゴルフ場 ◇担当 長尾英一郎 メールでお願いします ◇集合 神戸電鉄 鶴越駅 8:00am ◇コース 鶴越駅→菊水山→太龍寺→市ヶ原→掬星台→記念碑台→ゴルフ場→油コブシ→六甲ケーブル下駅 ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 神戸市「六甲全山縦走マップ」 ※雨天中止 ※軽アイゼン必携 申込期限 1/31(水) 13km 7h ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇〇】
【053】 2/12(月)	六甲縦走3分割トレーニング③ 六甲ケーブル下～宝塚 ◇担当 逢坂亜紀 ◇集合 六甲ケーブル下駅 8:30am ◇コース 六甲ケーブル下駅→油コブシ→ガーデンテラス→軒茶屋→塩尾寺→宝塚駅 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携 ※雨天中止 申込期限 1/29(月) 17km 6h ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇〇】
【056】 2/18(日)	六甲全山縦走コース前半 六甲全山縦走トレーニング 西半縦走コース ◇担当 岡田直子 ◇集合 山陽電鉄須磨浦公園駅 8:00am ◇コース 須磨浦公園駅→横尾山→高取山→菊水山→鍋蓋山→市ヶ原→新神戸駅 25km 8h ※小雨決行 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携 ※班行動になりますので予めご了承の上ご参加ください ※経験者の応援参加よろしく申し上げます 申込期限 2/9(金) ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇〇+】
【062】 2/24(土)	梅の香りを愛でながらお茶でも楽しもう 洞川梅林 ◇担当 田中清隆 ◇集合 JR元町駅西口 9:00am ◇コース 元町駅→諏訪山公園→修法ヶ原→同川梅林→森林植物園西口→正門→山田道→谷上駅 ※梅林でゆっくり時間をかけます。寒さ対策必須 ※雨天中止 申込期限 2/17(土) 10km 5h ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇】
【063】 2/24(土)	京都ブラブラ43 光る君へ 10帖「賢木さかき」の世界へ ◇集合 JR嵯峨嵐山駅 10:00am ◇コース 亀山公園→野宮神社→清涼寺→桓武天皇離宮跡 ※雨天中止 申込期限 2/19(月) 7km 6h ※ビジターさんお試しハイク	【グレード☺】
【064】 2/25(日)	六甲全山縦走コース後半 六甲全山縦走トレーニング 東半縦走コース ◇担当 永末康史 ◇集合 JR新神戸駅1階 8:00am ◇コース 新神戸駅→掬星台→六甲ガーデンテラス→軒茶屋→船坂峠→塩尾寺駐車場(ゴール) 26km 8h ※小雨決行 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携 ※班行動になりますので予めご了承の上ご参加ください ※経験者の応援参加よろしく申し上げます 申込期限 2/15(木) ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇〇+】
【066】 2/27(火)	花シリーズ 早春の花 神戸市立森林植物園 ◇担当 川井三子 ◇集合 JR元町駅西出口 9:00am ◇コース JR元町駅→修法ヶ原→学習の森→森林植物園→山田道→谷上 ※雨天中止 申込期限 2/21(水) 13km 5h ※ビジターさんお試しハイク	【グレード〇】

