

例会案内

※例会申し込みの際は、携帯番号を記載してリーダーに申し込みいただきますようお願いいたします

※車利用例会には申込期限後に実費以外のキャンセル料がかかる例会もあります

※アルプス例会参加には原則夏山登山教室を修了していること

《グレード》《体力度》(計画書で指示された荷物を持って)

《岩登り区分》

(^^) 人里歩き・ウォーキング(クリーンハイク、新神戸から桜茶屋まで)

岩登りA 初心者対象

○(-) ○より難度が軽い○(+) ○より難度が重い

岩登りB 経験者対象

○ 一日の歩行時間3～6時間(六甲縦走路 須磨から高取まで)

岩登りC CL、SL対象

○○ 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)

《例会参加のための必要労山基金口数》

☆(夏) 三点確保で岩場の登降が確実にできる

ハイキング:3 口相当以上

☆☆(夏) 会の初級程度の岩登り経験者

岩A・沢入門:4 口相当以上

☆☆☆ 別途、参加資格条件を例会案内に記載

アルパイン・雪山・岩BC・沢:8 口相当以上

09/06(日) クリーンハイク

六甲山からゴミをなくそう! [グレード○]

(自然保護部)

◇担当 高峰 京子・山本 真紀・石原 由佳

お試し参加可

◇集合 9月6日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 09/06(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷→摩耶山→上野道→神戸高校(解散)必要に応じ、下山グループ編成あり。雨天時短縮コースあり
ゴミ袋 ゴミばさみを持参ください。雨天決行 7月以降変更あり

ゴミはさみ、ゴミ袋を持参してください。

09/20(日) 六甲山 再度公園

~~普段の体操やストレッチ、トレーニングを見直しつ! [グレード○(-)]~~

~~(ハイキング部)~~

~~◇担当 藤戸 里香~~

~~お試し参加可~~

~~◇集合 9月20日 9:00am JR新神戸駅~~

~~申込期限 09/13(日)~~

~~◇コース JR新神戸→城山→再度公園【修法ヶ原池付近で昼食後、筋トレやストレッチ実施】→大師道→諏訪公園 8km 全て含め5時間30分から6時間 お茶も楽しみましょう。~~

~~昨年度県連の筋トレ講習を受講した中井さんからポイントを聞いて一緒に試しませんか? これからも永くハイキングを楽しみたい方、どうぞ、ご参加ください。タオルなどの持参物は参加者にお伝えします。雨天中止~~

10/04(日) クリーンハイク

六甲山からゴミをなくそう! [グレード○]

(自然保護部)

◇担当 有馬秀美・○○○○・樋元久美子

お試し参加可

◇集合 10月4日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 10/04(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷→摩耶山→上野道→神戸高校(解散)必要に応じ、下山グループ編成あり。雨天時短縮コースあり
ゴミ袋 ゴミばさみを持参ください。雨天決行 7月以降変更あり

少雨決行

10/17(土) 六甲山系・長峰山687m

関電巡視路尾根コース [グレード○]

(ハイキング部)

◇担当 富本 登

お試し参加可

◇集合 10月17日 9:00am 阪急六甲駅

申込期限 10/10(土)

◇コース 阪急六甲→関電巡視路分岐→長峰山→掬星台→山寺尾根→阪急六甲駅 10km 6.5時間

雨天中止

11/01(日) クリーンハイク

六甲山からゴミをなくそう！〔グレード○〕

(自然保護部)

◇担 当 國里良太 西澤晴美 山嶋葉子

お試し参加可

◇集 合 11月1日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 11/01(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷→摩耶山→上野道→神戸高校(解散)。市ヶ原で解散するコースあり。

ゴミはさみ、ゴミ袋、軍手を持参してください。雨天時は短縮コースにて開催。

11/26(木) 太陽と緑の道⑨ 太山寺山城跡コース

のどかな里山の秋の風景を楽しもう〔グレード○〕

(ハイキング部)

◇担 当 下垣内 福世

お試し参加可

◇集 合 11月26日 9:00am 地下鉄西神中央駅

申込期限 11/18(水)

◇コース 西神中央駅→秋葉神社→端谷城跡→寺谷→高畑城跡→太山寺→学園都市駅
14.3km 5時間半

高畑城跡から階段のアップダウンが何度かあります。太山寺までトイレはありません。太山寺拝観料300円。雨天中止。

11/28(土) 六甲山系・長峰山687m

長峰尾根コース〔グレード○〕

(ハイキング部)

◇担 当 富本 登

お試し参加可

◇集 合 11月28日 9:00am 六甲ケーブル下駅

申込期限 11/21(土)

◇コース 六甲ケーブル下駅→長峰尾根→長峰山→杣谷峠→掬星台→山寺尾根→六甲駅 10km 6時間

雨天中止