

回	開催月日	テーマ	行程(カッコ内：標高)	集合場所・時間
185	4月19日(木) 天気：兵庫県南部 担当：●大下、甲斐	中山寺奥の院 難易度：★★	中山寺信徒会館前(80m)～三角点(173.4m)～夫婦岩園地(240m)～奥の院(370m)～やすらぎ広場(300m)～清荒神(100m)～阪急清荒神駅(50m) 距離：6.9km、時間：4h15m、標高差：290m	阪急 宝塚線 中山駅 中山寺信徒会館 10時00分 (3/1)
186	5月15日(火) 天気：京都府南部 担当：●藤田、甲斐	京都御所・京都植物園 難易度：★	地下鉄 丸太町駅(50m)～京都御所～鴨川公園(出町柳)～下賀茂神社～京都植物園(70m)～植物園温室～陶板名画の庭～地下鉄北山駅(70m) 距離：7.4km、時間：4h20min、標高差：20m	京都地下鉄 烏丸線 丸太町駅 北改札口 10時00分 (4/3)
187	6月21日(木) 天気：京都府南部 担当：●吉川、藤田	洛西竹林公園 難易度：★☆	洛西口駅(20m)～物集女城跡～淳和天皇御火葬所～物集女車塚古墳(25m)～こども広場(80m)～洛西竹林公園～福西公園～高島屋前広場(60m)～洛西口駅 距離：10.6km、時間：4h55min、標高差：60m	阪急 京都線 洛西口駅 西改札口 10時00分 (5/10)
188	7月17日(火) 天気：大阪府 担当：●大下、甲斐 個別案内状あり	予約制 北大阪・健脚組と合同開催 妙見山参拝と バーベキュー大会 難易度：★	妙見口駅(190m)～黒川駅(ケーブル下)(230m)(ケーブル)ケーブル山上駅(490m)～妙見山参拝(620m)～水の広場(510m)～バーベキュー会場～ケーブル山上駅(ケーブル)黒川駅～妙見口駅 距離：4km、時間：5h30min	能勢電 妙見線 妙見口駅 改札口 9時30分 (6/5:健脚組で全員参加)
	8月	お休みです。		
189	9月18日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●藤田、吉川	六甲山上駅(ケーブル)から有馬温泉 難易度：★★★★	六甲ケーブル下駅＝六甲山上駅(740m)～神戸G～みよし観音～ガーデンテラス(880m)～極楽茶屋跡～一軒茶屋(931.3m)～魚屋道～虫地獄～有馬温泉(360m) 距離：9.9km、時間：5h35min、標高差：登り190m、下り570m	六甲ケーブル 六甲ケーブル下駅 改札口 9時30分 (7/3)
190	10月18日(木) 天気：奈良県北部 担当：●三上、久保	飛鳥石造物めぐり 難易度：★☆	飛鳥駅(90m)～猿石～鬼の雪隠・まないた(100m)～亀石～石舞台(130m)～酒船石～亀形石(130m)～甘樫丘(137m)～橿原神宮前駅(70m) 距離：9.0km、時間：5h00min、標高差：80m	近鉄南大阪・吉野線 飛鳥駅 改札口 10時10分 (9/6)
191	11月20日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●三上、甲斐	神戸森林植物園と再度公園 難易度：★★☆	谷上駅(250m)～森林植物園正門(440m)～植物園散策～植物園西口(380m)～再度公園～神鉄鈴蘭台駅(280m) 距離：11.4km、時間：4h55min、標高差：190m	北神急行 谷上駅 改札口 10時00分 (10/2)
192	12月20日(木) 天気：雨天決行 担当：●藤田、大下、全員 個別案内状あり	健脚組と合同 予約制 HAT神戸散策と 歩き納め会 難易度：★	王子公園駅(50m)～西郷公園～なぎさの湯～磯上公園～納め会会場(元町 牡丹園)(10m) (HAT:Happy Active Town) 距離：5.7km、歩時間：2h05m、標高差：-10m	阪急 神戸線 王子公園駅 東改札口 10時00分 (11/1)
193	2013年 1月15日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●久保、松井	垂水周辺の 史跡めぐりハイク 難易度：★★	西舞子駅(3m)～大歳山遺跡公園(20m)～多門寺～雅祥院(55m)～舞子墓園公園(80m)～五色塚古墳(20m)～JR 舞子駅(6m) 距離：11.1km、時間：5h15m、標高差：80m	山陽電車 本線 西舞子駅 改札口 9時30分 (12/4)
194	2月21日(木) 天気：兵庫県南部 担当：●三上、松井	再度公園から ビーナスブリッジへ 難易度：★★★★	地下鉄新神戸駅＝かぜのおか駅(268m)～市ヶ原(252m)～再度公園～鍋蓋山(486m)～大龍寺(360m)～猩々池～大師道分かれ～ビーナスブリッジ(150m)～緑化センター～花隈駅 距離：10.3km、時間：5h30min、標高差：220m	神戸地下鉄 新神戸駅 南改札口(夢風船側) 9時30分 (1/10)
195	3月19日(火) 天気：大阪府 担当：●藤田、大下	水都大阪 (都島から淀屋橋) 難易度：★	都島駅(0m)～大川河畔～桜ノ宮球場～大阪城公園(市民の森)(10m)～川崎橋～天神橋～市役所～淀屋橋駅(0m) 距離：9.3km、時間：3h20min、標高差：10m	大阪地下鉄 谷町線 都島駅 改札口 10時00分 (2/5)

注1 ●印：リーダー、注2 “=”：バスなどのりもの、“～”：徒歩

()内：下見日程

回	開催月日	テーマ	行程(カッコ内：標高)	集合場所・時間
185	4月12日(木) 天気：京都府南部 担当：●久保、吉川	山科から 牛尾観音を経て石山へ 難易度：★★★★	JR山科駅(65m)～経岩(195m)～牛尾観音(370m)～パノラマ台(530m)～幻住庵(170m)～京阪石山寺(90m) 距離：12.2km、時間：6h00min、標高差：470m	JR東海道線 JR山科駅 改札口 9時00分 (2/23)
186	5月8日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●藤田、吉川	炭ヶ谷から石楠花山 難易度：★★★★☆	谷上駅(240m)～炭ヶ谷～石楠花山(651.9m)～展望台(630m)～森林植物園東口(350m)～市ヶ原～布引展望所～新神戸駅 距離：10.8km、時間：5h10min、標高差：412m	北神急行 谷上駅 改札口 9時30分 (3/27)
187	6月14日(木) 天気：京都府南部 担当：●久保、大下	京都・朝日峰 難易度：★★★★☆	JR京都駅＝山城高雄BS(155m)～登山口(260m)～松尾峠(600m)～朝日峰登山口(600m)～朝日峰(688m)～峰山横(500m)～高山寺(150m)～槇ノ尾BS(140m)＝JR京都駅 距離：10.7km、時間：5h30min、標高差：570m	JR東海道線 JR京都駅 西口(2F) 8時45分 (4/26)
188	7月17日(火) 天気：大阪府 担当：●三上 個別案内状あり	予約制 北大阪・一般組と合同開催 妙見山参拝と バーベキュー大会 難易度：★★★★☆	ときわ台駅(170m)～妙見口駅(170m)～新滝道～妙見山頂上(660m)～水の広場(510m)・写真～バーベキュー会場～ケーブルで下山・黒川駅～妙見口駅 距離：9km、時間：3h35min、標高差：490m	能勢電鉄妙見線 ときわ台駅 9時00分 改札口 (6/5)(全員)
	8月	お休みです。		
189	9月11日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●三上、吉川	ハーブ園東尾根から 摩耶山・長峰山 難易度：★★★★☆	新神戸駅(40m)～布引展望所～ハーブ園東尾根(400m)～天狗道～摩耶山(700m)～杣谷峠～長峰山(687m)～阪急六甲駅(60m) 距離：12.1km、時間：6h15min、標高差：660m	神戸 地下鉄 新神戸駅 北改札口(新幹線側) 9時00分 (7/10)
190	10月11日(木) 天気：大阪府 担当：●松井、三上	箕面から勝尾寺を 経て新家へ 難易度：★★★	箕面駅(86m)～龍安寺～大滝(208m)～百年橋～箕面自然教室～東海道自然歩道(最勝ヶ峰・開成皇子墓)(540m)～勝尾寺～外院尾根～新家BS(R171)(84m) 距離：13.0km、時間：6h45min、標高差：455m	阪急 箕面線 箕面駅 改札口 8時30分 (8/30)
191	11月13日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●藤田、松井	杣谷から摩耶山頂・ 上野道へ 難易度：★★★★	六甲駅(50m)～護国神社～杣谷～杣谷峠(600m)～穂高湖～摩耶山頂(698.2)～上野道～王子公園駅(50m) 距離：10.2km、時間：5h20min、標高差：520m	阪急 神戸線 六甲駅 改札口 9時30分 (9/25)
192	12月20日(木) 天気：雨天決行 担当：●藤田、大下、全員 個別案内状あり	一般組と合同 予約制 HAT神戸散策と 歩き納め会 難易度：★	王子公園駅(50m)～西郷公園～なぎさの湯～磯上公園～納め会会場(元町 牡丹園)(10m) (HAT:Happy Active Town) 距離：5.7km、歩時間：2h05m、標高差：-10m	阪急 神戸線 王子公園駅 東改札口 10時00分 (11/1)
193	2013年 1月8日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●甲斐、松井	裏六甲の瑞宝寺谷を 経てロックガーデンへ 難易度：★★★★	宝塚駅＝有馬東口BS(400m)～筆屋道分岐(550m)～瑞宝寺谷西尾根～一軒茶屋(880m)～本庄橋跡(600m)～雨ヶ峠～風吹岩跡(437m)～ロックガーデン～高座の滝～芦屋川駅(30m) 距離：11.6km、時間：6h30m、標高差：480m	阪急 宝塚線 宝塚駅 改札口 8時20分 (11/27)
194	2月14日(木) 天気：兵庫県南部 担当：●大下、甲斐	トンガリ山(丹波富士) 難易度：★★★★☆	JR古市駅(210m)～西寺山分岐(240m)～薬師堂(260m)～トンガリ山(620m)～西寺山(642.2m)～今田温泉(280m)(希望者入浴)＝JR相野駅 距離：12.5km、時間：6h35min、標高差：434m	JR 福知山線 古市駅 改札口 8時40分 (12/27)
195	3月12日(火) 予備日 14日(木) 天気：兵庫県南部 担当：●松井、三上	裏六甲縦走路 有馬三山 難易度：★★★★☆ バス 8:15 発	阪急宝塚BT＝有馬温泉BT(370m)～落葉山(526m)～灰形山(619m)～湯槽谷山(801m)～番匠尾根(680m)～極楽茶屋(866m)～凌雲台～ケーブル下駅(250m) 距離：10.8km、時間：6h25m、標高差：430m	阪急 宝塚線 宝塚駅 改札口 8時10分 (1/29)