

開催日 偶数月：第2木曜

健脚コース

2022.12.1

(原則) 奇数月：第2火曜

2023年度計画

松愛会 兵庫東歩こう会

回	開催月日	テーマ	行程(カッコン内：標高)	集合場所・時間
306	4月13日(木) 天気：京都府南部 担当：●甲斐、岡部	ポンポン山 ～カタクリ鑑賞～ 難易度：★★☆	東向日駅＝善峯寺BS(260m)～東海道自然歩道～ポンポン山(578m)～本山寺(500m)～天狗杉～神峰山寺～神峰山口BS＝JR高槻駅 距離11.1km、時間：6h55min、標高差：419mm	阪急京渡船 東向日駅 改札口 8時30分 (3/2)
307	5月9日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●甲斐、西	塩尾寺東尾根・行者山 難易度：★★★	阪急宝塚駅(40m)～山妙法寺～塩尾寺東尾根～反射板(岩倉山488m)～行者山(415m)～東観峰～逆瀬川センター＝逆瀬川駅 距離：6.0km、時間5h55min、標高差：350m	阪急宝塚線 宝塚駅 改札口 9時00分 (-)
308	6月8日(木) 天気：奈良県北部 担当：●岡部、西	紫陽花鑑賞 矢田寺 矢田丘陵・松尾山・ 難易度：★★☆	大和郡山駅＝矢田寺(159m)～国見台展望(278m)～松尾山274m)～松尾寺～休憩～法隆寺境内散策(66m)～JR法隆寺駅 距離6.8km、時間：4h30min、標高差：235m	JR橿原線 大和郡山 改札口 9時30分 (4/25)
309	7月18日(火) 天気：雨天決行 担当：●岡部、全員 個別案内状あり	予約制 北大阪・兵庫西と合同開催 有馬富士公園で 椎茸園バーベキュー 難易度：★★☆～	JR新三田駅(150m)～福島大池(190m)～峠の分岐(290m)～有馬富士山頂(374m)～芝生広場(220m)～椎茸園バーベキュー大会～花しょうぶ園～北側湖岸道～JR新三田 距離：8.2km、時間：4h05min、標高差：220m	JR福知山線 新三田駅 改札口 8時45分 (5/30)
	8月	休会月。		
310	9月26日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●甲斐、永易	芦屋ゲート・奥池・ 観音山・北山植物園 夏場対策 難易度：★★★	阪急芦屋川駅＝芦屋ゲート(360m)～奥池公園(500m)～奥池～観音山(526m)～鷲林寺(350m)～北山貯水池(230m)～北山緑化植物園(柏堂BS)＝夙川駅 距離：10.2km、時間5h30min、標高差：225mm	阪急神戸線 芦屋川駅 改札口 8時50分 (-)
311	10月12日(木) 天気：兵庫県南部 担当：●大矢、甲斐	虚空蔵山 難易度：★★★	JR藍野駅(176m)～酒垂神社～登山道口(230m)～石舟(260m)～虚無僧堂(370m)～虚無蔵山(600m)～八王子山(500m)～八柱神社(200m)～JR草野駅 距離：6.5km、時間：5h00min、標高差：420mm	JR福知山線 藍野駅 改札口前 9時30分 (7/1)
312	11月14日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●永易、西	石楠花山・黄蓮谷から 森林公園 難易度：★★★	谷上駅(241m)～炭ヶ谷～烏帽子岩～石楠花山(652m)～黄蓮谷～森林公園東門前～森林公園正門＝北鈴蘭台駅 (北鈴蘭台駅まで無料送迎バス) 距離：7.0km、時間：5h00min、標高差：411mm	神戸地下鉄 谷上駅 改札口前 9時30分 (10/5)
313	12月14日(木) 天気：雨天決行 担当：●岡部、全員 個別案内状あり	一般組と合同 予約制 万博記念公園散策と 千里中央・百番納会 難易度：★☆☆	万博記念公園駅～万博記念公園散策(1時間30分)＝千里中央駅～「百番」千里中央「百番」(納会・懇親会) 距離4km、時間：4h00min、標高差：平坦	大阪モノレール 万博記念公園駅 改札口 10時00分 (10/26)
314	2024年 1月9日(火) 天気：京都府南部 担当：●岡部、西	初詣 新大文字山 銀閣寺～蹴上コース 難易度：★★★	叡電出町柳駅改札口＝銀閣寺道～銀閣寺(80m)～休憩～火床(350m)～大文字山山頂(450m)～七思案処分岐(315m)～日向大神宮(124m)～地下鉄蹴上駅(72m) 距離：6.8km、時間：4h30min、標高差：378m	叡電電鉄 出町柳駅 改札口 10時00分 (11/29)
315	2月8日(木) 天気：兵庫県南部 担当：●永易、大矢	小野アルプス 難易度：★★★	JR加古川線小野町駅～総山(168m)～アンテナ山～惣山(小野富士199m)・展望デッキ～紅山(183m)～男池～鴨池公園～小野町駅(電車案内は案内状に詳細に掲載) 距離：9km、時間：5h00min、標高差：175mm	JR加古川線 小野町駅 改札口 10時00分 (12/21)
316	3月12日(火) 天気：兵庫県南部 担当：●大矢、西	大岩岳 難易度：★★★	JR道場駅(140m)～千刈ダム(150m)～ダム湖東側道～大岩岳(348m)～丸山湿原～風吹き岩(230m)～東山橋(150m)～JR道場駅 距離：10.8km、時間：7h00min、標高差：208m	JR福知山線 道場駅 改札口 8時30分 (-)

注1 ●印：リーダー、注2 “=”:バスなどのりもの、“～”：徒歩

()内：下見日程