

6月ハイキング・行事予定表(1)

日程	タイトル・山域・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グ レ ード
4日 (土)	体験ハイク <神戸市のシンボルマークのある山(碓山、市章山)を歩く> JR三ノ宮駅9:00～諏訪山公園～諏訪神社～ビーナスブリッジ～ビーナステラス～碓山(260m)～市章山(292m)昼食～堂徳山(337m)～ハンター谷(天神谷)東尾根～14:00ごろ北野異人館街 解散 所要時間 5時間(休憩含む)ゆっくり歩きます。距離 7km	L:蟹沢久美子 090-5254-3890 kanizawa@dream.oc n.ne.jp JR神戸三ノ宮駅 中央改札口 午前9:00	B
4日 (土)	いいね！関西百名山「三上山」 野洲駅10:10→御上神社10:55→表登山口→妙見堂跡→割岩→11:55展望台12:25→三上山山頂12:35→中腹道分岐→東光寺越→古代峠→舗装道出合→田中山15:10→旗振山→登山口15:40→16:10野洲駅 歩行時間 4.1時間(歩行のみ)、歩行距離 8.0km	L:久保昭 080-3034-5587 m05aiacbbe@bf7.so- net.ne.jp JR大阪駅中央改札口 前 8:30集合	B
5日 (日)	クリーン・ハイク 阪急夙川(9:30)～北山貯水池～鷺林寺～ パノラマコース～ 約5時間 約8km ※金バサミ、コンビニ袋 軍手 持参 L:広瀬義秋 090-7755-2910	SL:鈴木誠 090-3623-6631 suzubel@gmail.com 阪急夙川駅 午前9時	B
5日 (日)	第6回:夏山登山セミナー実技「歩荷」 岡本八幡神社8:50→保久良神社→9:20展望台(休憩所)9:30→風吹岩10:30→雨ヶ峠11:30→本庄橋跡12:00→12:40一軒茶屋(食事)13:10→(魚屋道東屋)→14:40有馬温泉 ※男性15Kg、女性12Kg 歩行時間 4.9時間(歩行のみ)、歩行距離 12.0km	L:谷口知英 080-1641-8856 taniken9787@docomo. ne.jp 岡本八幡神社 8:30	B
8日 (水)	須磨アルプスを楽しむ 山陽月見山駅(10:00)～須磨名水の森入口(10:15)～横尾山(11:30)～須磨アルプス馬の背(12:00)～東山(12:10-12:40)～板宿八幡神社(13:25)～板宿駅(14:00) 歩行時間約3時間 歩行距離約6km ※申し込みはショートメールで	L:桐原一幸 090-1225-0446 ショートメール 山陽電鉄月見山駅 10:00	B
11日 (土)	中山踏み跡・イワクラ巡り ～ササユリ・カキラン見れるかも 中山観音駅9:00～中山奥之院(365m)～天空塚～やすらぎ広場～夫婦岩～中山寺信徒会館14:30中山観音駅 歩行時間:3時間30分、歩行距離:8.5km	L:三浦鶴代 090-4640-9093 mi_tsu@d9.dion.ne.jp 阪急中山観音駅 9:00	A
11日 (土)	第7回:夏山登山セミナー実技「長距離を歩く1」 神鉄有馬駅前9:00→落葉山9:35→灰形山9:50→湯槽谷山10:30→極楽茶屋跡11:20→11:50一軒茶屋(食事)12:20→船坂峠13:15→大平山道標13:40→大谷乗越14:05→塩尾寺15:00→15:40阪急宝塚駅 歩行時間 6.0時間(歩行のみ)、歩行距離 17.0km	L:阪上賢司 090-8885-2802 kenji1960sakaue@g mail.com 神鉄有馬駅前の太 閤橋(袂石) 8:45	C

6月ハイキング・行事予定表(2)

日程	タイトル・山城・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グ レ ード
12日 (日)	歴史とお茶のまち「仏徳山から平等院拝観」 京阪宇治駅9:20～宇治神社～宇治上神社～仏徳山～朝日山～天ヶ瀬吊り橋(昼食12:20)～塔の島～平等院(14:00～15:00)京阪宇治駅15:30 解散 歩行時間 4H 歩行距離8KM 平等院拝観料 600円 ※京阪淀屋橋駅西改札口・午前7時50分 特急8時発・出町柳行に乘車。	L:森保雄 090-5054-9050 forest6m@yahoo.co.jp 京阪宇治駅改札口 午前9時	A
18日 (土)	観音山・ゴロゴロ岳 ～ササユリに会えるかな?～ 鷲林寺BS9:10→鷲林寺9:40→観音山10:30→大藪谷分岐→11:30奥池12:00→ゴロゴロ岳→奥池・観音山分岐→観音山→鷲林寺→鷲林寺BS15:00頃 解散 ※さくらやまなみバスは鷲林寺に停まらないです。路線バスを利用して下さい。	L:山本育子 090-5137-4098 ikukojennu@mild.ocn.ne.jp 阪急夙川駅 南側バス停 8:40集合 8:55発乗車	B
18日 (土) ～ 19日 (日) 山ト	いいね！関西百名山「行者還岳」 1日目:下市口駅8:20→(バス)→天川川合バス停→門前山→枳尾辻→カナビキ尾根分岐→狼平避難小屋→弥山→16:40弥山小屋(泊) 7時間、11km 2日目:弥山小屋 6:00→弁天の森→行者還避難小屋→行者還岳→七曜岳→大普賢岳→和佐山ヒュッテ跡→16:20和佐又山登山口→バス停16:53→(バス)→19:10大和八木駅(解散) 9.5時間、17km 6/18)朝一、昼×各自、夜○ 6/19)朝×各自、昼×各自、夜一 費用;バス往路¥1130、復路¥2150 ※定員4～8名、テント泊も可	L:阪上賢司 090-8885-2802 kenji1960sakaue@gmail.com 近鉄下市口駅 午前08:10	C
19日 (日)	公開ハイク「湖南アルプス 笹間ヶ岳」 JR石山駅バス停9:55発=(帝産湖南バス)=10:11上関バス停着・10:30出発～10:45三つ目の池～11:50笹間ヶ岳山頂～12:30大谷河原(昼食)13:00～13:45天神川～14:10アルプス登山口バス停14:55=15:20石山駅(解散) 歩行時間:約3時間半 約7km ※大阪駅8:30発 新快速近江塩津行き 石山駅9:14着が便利です	L:蟹沢久美子 090-5254-3890 kanizawa@dream.ocn.ne.jp JR石山駅改札口 午前9時30分	B
25日 (土)	第8回:夏山登山セミナー実技「長距離を歩く2」 JR三ノ宮駅9:00→9:30JR新神戸駅9:30→10:30市ヶ原 10:35→地藏谷出合10:50→植物園東門11:45→桜谷出合12:10→13:10掬星台13:40→ 山門下13:55→行者堂跡14:20→東山14:45→雷声寺15:10→JR新神戸駅15:20→15:50JR三ノ宮駅 歩行時間 5.9時間(歩行のみ)、歩行距離 16.5km	L:久保昭 080-3034-5587 m05aiacbbe@bf7.sonet.ne.jp JR三ノ宮駅中央改札口 8:45集合	C

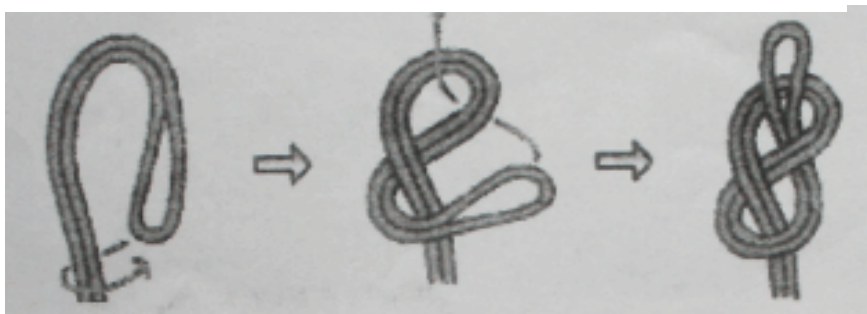
6月ハイキング・行事予定表(3)

日程	タイトル・山城・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
26日 (日)	総会 於:越木岩公民館の「講堂」	13:00受付 13:30～	
29日 (水)	西山古道を歩いて楊谷寺のアジサイを見る 善峯寺バス停10:20～(西山古道)京青の森11:20～楊谷寺12:30-14:00～立石橋～西代里山公園15:00～長岡天満宮15:40～長岡天神駅16:20 歩行時間 6時間(休憩含む)、歩行距離 12km ※拝観料:700円、※JR向日発9:35分、阪急東向日発9:42 善峯寺行バスに乗車	L:青山清美 090-3658-1633 VEM03134@nifty.com 阪急東向日駅 9:30	A

<閑話休題>

フィギュア・エイト・ノット

※結び目をきちっと結ぶこと、(ねじれないように)



ハーネスにロープをセットする場合に使用

