

# 2025西宮山岳会 六甲山全山縦走トレーニング

全山縦走大会 3/9（須磨浦公園～宝塚 46Km）に向けて体力の確認やコースの把握など、完走に向けたトレーニングを行います

★参加費用は各回500円当日徴収（西宮山岳会員は免除）

★岩場や滑りやすい登山道など登山には危険が伴います。事故時にはできる範囲の対応はいたしますが、自己責任での参加をお願いします。

## ★トレーニング日程

- ①1/3縦走1 12/14（須磨浦公園～鶉越駅）  
須磨浦公園駅8：00集合 約13Km歩行
- ②1/3縦走2 1/12（鶉越駅～記念碑台）  
鶉越駅8：00集合 約16Km歩行
- ③1/3縦走3 1/26（記念碑台～宝塚）  
六甲ケーブル下駅8：00集合 約17Km歩行
- ④西半縦走 2/9（須磨浦公園～新神戸）  
須磨浦公園駅7：15集合 約24Km歩行
- ⑤2/3縦走 2/16（須磨浦公園～記念碑台）  
須磨浦公園駅7：00集合 約32Km歩行
- ⑥東半縦走 2/23（新神戸～宝塚）  
新神戸駅7：15集合 約26Km歩行

参加申し込みURL（計画詳細は参加者にメールで送付します）

<https://forms.gle/JreLEgg3nR5EzzEWA>

★申し込み締め切りは各回の1週間前ですが、  
定員（25人）になればその時点で募集終了します。

