

休日の兵庫山歩 (女性限定・1 - 5名)

兵庫県には、美しい山々がたくさんあります。
初心者でも気軽に登れるやさしいコースから、四季折々の絶景を
楽しめる登山ルートまで多彩な魅力があります。
自然に癒され、山頂で味わう達成感は格別です。
兵庫県の山々をゆつくりと基本を学びながら歩くシリーズです。



5/31 (土)
大岩ヶ岳

参加費 ¥13,000
当日経費 ¥500

大岩ヶ岳(三田市・宝塚市・神戸市)
眺望は 400Mに満たない低標高ながら見応え十分。
ダムあり眺望あり湿原あり、といろんな景色を楽しめるコースです。

【集合】 8:30 JR 道場駅
【解散】 16:00 頃 JR 道場駅

【行程】
道場駅—登山口・千刈ダム・大岩ヶ岳山頂・丸山湿原・風吹岩
—道場駅
【距離】 約 7.7 KM 【歩行時間】 5.5 時間
※状況により行程の変更や山頂に行けない場合があります。
(参考交通手段： 7:29 大阪—8:16 道場駅)

10/4 (土)
明神山

参加費 ¥13,000
当日経費 ¥2,000~
¥3,000

明神山(姫路市)
標高は 667.9Mながら美しい裾野を広げているその山容から
播磨富士とも呼ばれています。
岩稜歩きが楽しめる人気のやまです。

【集合】 9:00 JR 姫路駅
【解散】 16:00 頃 JR 姫路駅

【行程】
姫路駅—登山口・明神山山頂・西ノ丸・登山口—姫路駅
【距離】 約 4 KM 【歩行時間】 4 時間
※状況により行程の変更や山頂に行けない場合があります。
(参考交通手段： 7:06 大阪—8:45 姫路駅)

※状況により行程の変更や山頂に行けない場合があります。

【装備】登山靴、靴下、インナー上下、ミッドウエア、防寒着、レインウエア上下、帽子、手袋(雨用も) サングラス、日焼け止め、バックパック(30 L 以上)、行動食(昼食含む)、飲料(水筒や魔法瓶最低 1 L)、ヘッドランプ、地図(アプリ可)、タオル、プレートコンパス(なくても可) ティッシュ、健康保険証、財布貴重品、携帯電話、メガネやコンタクトの予備、あればファーストエイドキット(絆創膏、テーピング、レスキューシート、ナイフ、笛、常備薬)、筆記用具など最低限



【担当ガイド】

太田 光俊



(公益財団法人)
日本山岳ガイド協会
登山ガイドステージ II

お申込みはこちらを
クリック↓

[ナチュラルスタイル
\(島田ガイド事務所\)](https://www.naturalstyle-guide.com/)

ナチュラルスタイル HP
<https://www.naturalstyle-guide.com/>

