

芦屋やまぼうし 例会計画書<2023年7月 ~9月>

2023年5月15日

①例会決行の可否は当日朝6時前のNHK天気予報で行先での行動時間中に傘マークがあれば原則中止。紛らわしい場合は、前日に担当Gより注意喚起の連絡をし、当日午前7時までに最終判断をメール等で連絡する。②集合の場所・時間変更や順延する場合も担当Gより連絡する。③コースは<体力度>と<難易度>で2段階評価、参加判断の参考にして下さい。<体力度の基準⇒☆=標高差:500m程度まで、または歩行時間5時間程度まで。☆☆=標高差:500m以上かつ同5時間以上=を基準に、担当Gが判断> <難易度の基準⇒個別の事例毎に担当Gで判断> ④コース地図は原則用意しません。必要に応じ各自ご準備下さい。⑤交通費は通常料金で表示、割安切符などの手配は各自でお願いします。⑥弁当・飲み物・帽子・雨具・手袋・ストック・自分用のお薬などは各自ご準備下さい。また必要に応じて年齢、住所等を示す証明書をご持参下さい。

実施日		①リーダー②サポート	行き先 テーマ	集 場 所 間	アクセス・<特記事項>	コースの概要 及び 距離・歩行時間など	難 易 度	体 力 度	①歩行距離 (高度差) ②歩行時間 ③交通費など
7 月	4 日	<A>	荒地山か ら城山	芦屋 ゲート	航路:阪急バス<阪神芦屋バス停(8:49発・JR 芦屋駅前バス停(8:55発)・阪急芦屋川バス停 (9:00発)>」に各自乗車 ⇒芦屋ゲートバス停 (9:08着)下車 復路:城山経由で下山	芦屋ゲート前ト(体操・9:30スター ト)・・荒地山(10:15)・・石の広場 →七兵衛山<標高:549m> (12:00、<昼食>(12:30出発)・・ 横池(13:00)・・風吹岩・・城山 (14:30)	☆	☆	①9km (高低差 500m) ②4時間 ③バス代 220円
	18 日		摂津峡	JR芦屋駅	往路:JR芦屋駅(8:46発)⇄JR高槻駅(9:21 着)・・高槻市営バス高槻北バス停(9:32発)⇒ 塚脇バス停(9:4着) 復路:JR高槻駅(14:43発)⇒芦屋駅(15:13 着)	塚脇バス停(9:50スタート)・・三好山(芥 川山城跡(10:50))・・白滝(11:30)・・ 摂津峡公園(12:00)<昼食>・周辺散 策(13:00出発)・・芥川緑地公園(13:3 0)・・西国街道旧芥川宿(14:15)・・JR 高槻駅(14:30着予定)	☆	☆	①10km②3時間 ③JR片道740円+ バス代220円
8 月	22 日 (火)	特別P	八ヶ岳 硫黄岳・天狗岳 を楽しむ	茅野駅	<1泊2日案> 22日芦屋発JRで茅野駅へ、オーレン 小屋宿泊、23日硫黄岳・天狗岳周遊 <2泊3日案> 21日芦屋発 近鉄バス利用、田仲山 荘泊、22日硫黄岳・オーレン小屋宿泊、23日天狗岳・	詳細・別紙	☆	☆☆	費用 約4万円

実施日		①リーダー②サポーター	行き先テーマ	集 合 場 所 集 場 時 間	アクセス・＜特記事項＞	コースの概要 及び 距離・歩行時間など	難 易 度	体 力 度	①歩行距離 (高度差) ②歩行時間 ③交通費など
9 月	5 日	<A>	社家郷山 (檜ヶ峰)	阪急 芦屋川 北広場 8時30分	往路:阪急芦屋川駅(8:39発 ⇒西宮北口(8:45着)・今津線 8:51発) ⇒ 逆瀬川(9:01着)・阪急バス(9:10発)⇒ゆずり葉緑地公園前(9:28着) 復路:阪急バス・エデンの園バス停(14:24発) ⇒ 逆瀬川駅前(14:40着)・逆瀬川駅(14:50発) ・芦屋川駅(15:10着)	ゆずり葉緑地公園バス停・・・ゆずり葉緑地公園(体操)・・・檜ヶ峰<標高:457m>(10:50)・・・馬の背・・・東三ツ辻(11:05)・・・キレット・・・東三ツ辻(11:40)・・・西三ツ辻・・・小笠峰<標高:491m>(12:15)<昼食>(12:45発)・・・登山口・・・エデンの園バス停(14:15着予定)	☆	☆	① 5.5km (高度差:260m) ② 4時間10分 ③ 900円(バス代を含む)
	19 日		布引滝 ハーブ園	新神戸 駅 9時	往路:各自で新神戸駅一階広場に9時に「集合」 復路:三宮駅で解散後、各自で帰芦	新神戸駅(9:00スタート)・・・布引の滝(9:30)・・・布引貯水池(10:00)・・・桜茶屋・・・ハーブ園裏口(11:00)・・・ハーブ園<昼食>散策(12:30出発)・・・新神戸駅・・・異人館(13:30)・・・三ノ宮駅	☆	☆	① 6km (高度差:350m) ② 3時間
10 月	3 日 (火)	<A>	大岩岳	阪急 芦屋川 北広場 8時30分	往路:阪急芦屋川駅(8:39発 ⇒西宮北口(8:45着)・今津線8:51発) ⇒ 宝塚駅(9:05着)・JR宝塚駅(9:20発)⇒道場駅(9:33着) 復路:道場(14:43発)⇒宝塚(15:06) ⇒西宮北口(15:24) ⇒芦屋川駅(15:30着)	道場駅(体操・9:45スタート)・・・千刈貯水場(10:20)・・・大岩岳<標高:384m>(11:40)・・・丸山湿原(12:00<昼食>)・・・道場(14:30着)	☆	☆	① 9 km (高度差:240m) ② 4時間 ③ 920円