



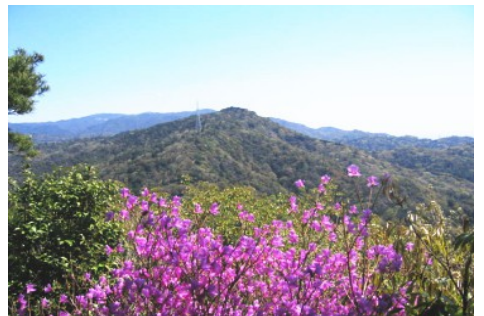
# あじさい山歩会

## チャレンジ「六甲縦走」(1/2の1回目)のおしらせ

”健康、安全第一、楽しいハイク”

☆実施日： 2018年6月23日(土)  
 ☆集合場所： 神戸電鉄 鷗越駅  
 ☆集合時間 9時00分 ☆予定コース 11 km (レベル体力☆☆☆☆ 技術☆☆)

時間		行程	標高
9:00	着	鷗越駅	
9:10	発	鷗越市民公園集合 	135 m
↓			
9:30	着	鈴蘭台下水処理場 	115 m
9:40	発		
↓			
10:35	着	菊水山	458 m
10:50	発		
↓		天王吊り橋	250 m
12:00	着	鍋蓋山	486 m
12:10	発		
↓		鍋蓋北尾根	
12:35	着	再度公園・修法ヶ原 	390 m
13:15	発	《昼食》	
↓		高尾山縦走コース	
13:45	着	高尾山	476 m
↓		高尾山縦走コース	
14:20	着	市ヶ原・桜茶屋 	250 m
14:30	発		
↓		五本松ダム	210 m
15:00	着	みはらし展望台 	160 m
15:10	発		
↓		布引の滝	
15:30	着	北公園・体操・解散	60 m
		新神戸駅 	50 m



神戸高速		神戸電鉄	
高速新開地	湊川	鷗越駅	
8:22	8:23	8:30	
8:37	8:38	8:45	



六甲縦走 パート1 11km 菊水山～鍋蓋山～修法ヶ原

\*靴はグリップの効いた靴底をお願いします。  
 熱中症対策、エネルギー補給で、水分多め、甘い物用意願います。

\*例会ハイキングには、「クラブ会員名札」の裏面に必ず

「自分の血液型及び緊急連絡先(氏名・電話番号)を記入してご着用願います。

**注意**：当日朝、午前6時55分のNHKの気象情報で、目的地(兵庫県南部)の午前の降水確率が50%以上の場合、中止します。(順延はありません)

『参加者注意事項例会の実施に伴い起こりうる参加者の事故については、応急処置以外のその責任を負いません。