

須磨アルプス

さわやかな秋の一日。六甲連山の最西端の低い山々を縦走し、須磨アルプスの岩稜(がんにょう)歩きを楽しみましょう。

須磨浦公園から石段を登り、展望台へ。さらに登ると休憩所。登り切ると鉢伏山(246m)頂上へ。低木で囲まれた本格的な山道を行き、旗振山(253m)の山頂へ。旗振山は、昔大阪の米相場を姫路方面に伝える旗振り信号の中継点。緩やかな尾根伝いの下り道を行き、階段を登ると鉄拐山(てっかいさん 234m)の頂きへ。ウバメガシの樹林帯を下ると「おらが茶屋」へ。高倉山(291m)の跡地の高倉台団地(130m)へ。約400段の階段を登り切ると梅尾山(274m)の山頂へ。昼食・懇談会。階段を下り、平坦路から急な階段を登ると横尾山(312m)の山頂へ。ここからが須磨アルプス。花崗岩の岩場が連続する。鎖場を通り、四つん這いにもなってスリルを楽しむ。名勝「馬の背」で記念撮影。「馬の背」越えは慎重に。さらに東山(253m)の山頂へ。ここから下山し、山陽電鉄板宿駅にて解散。

歩行距離約10km。標高差約300m。それぞれの展望台や山頂からは明石大橋、淡路島、関空など瀬戸内の美しい景観を満喫でき、疲れが吹っ飛びます。

皆様お誘い合わせの上、多数ご参加頂きますようお願い申し上げます。

[記]

日時 2010年10月14日(木) 午前9時 雨天決行

集合場所 山陽電鉄須磨浦公園駅

コース 須磨浦公園 → 屋上展望台 → 鉢伏山 → 旗振山 →
 9:00 WC 9:30 WC 9:55 10:10
 鉄拐山 → おらが茶屋 → 高倉台団地 → 梅尾山 → 横尾山
 10:30 11:15 WC 11:25 12:20 13:20
 名勝馬の背 → 東山 → 山陽電鉄板宿
 13:40 14:20 15:30

交通例 阪急高槻 → 茨木 → 十三(のりかえ高速神戸行)

7:01 発 7:07 発 7:24 着 7:31 発

高速神戸(のりかえ山陽姫路行)→山陽須磨(のりかえ普通)→須磨浦公園

8:03 着 8:07 発 8:19 着 8:21 発 8:23 着

交通費例 片道(阪急・高槻～山陽・須磨浦公園) 770円

持参物 弁当・飲料水・雨具・嗜好品・杖・双眼鏡

お願い 親しき仲にも礼儀あり。先頭の旗より先を歩かない。しんがりの旗より後を歩かない。歩こう会で撮影された写真の一部は、支部ホームページと支部だよりに使わせて頂きます。不都合な方はお申し出下さい。

問合せ先 岡村肇(634-9249) 秋山充久(674-9106) 辰巳寛康(695-1128)



..... 切り取り線

参加証 (必ず提出して下さい)

10月14日(木)	氏名	支部名	備考
会員			
家族会員			
その他			別途 200 円お支払いください