



ウォーキング倶楽部

目指せ完歩! 2025年 春スタート!

2025.4~2025.11

**登山
ガイド付**
添乗員同行

関西+岡山2山

日本百低山

日帰り全6回

全日程昼食お弁当付

高い山ばかりが名山ではありません。2016年に国民の休日として「山の日」が制定されたのを機会に、日本山岳ガイド協会所属の各地のプロガイド達が、思い立ったら直ぐに行ける身近な名山を中心に、日本百低山を選定しました。プロガイドお好みの個性的で魅力あふれる山々をガイドの案内付きで登りませんか。



かんたん予約は
こちら!

第1回 体力1 三宮 明石 岡山
技術1 7:20 8:00

**ぎぼしやま
擬宝珠山**

歩行距離 歩行時間 獲得標高
約5km 約2時間30分 700m

自然保護運動の原点、自然保護憲章が制定された場所です。山頂からは鳥取のmatterホルンと呼ばれる雄大な烏ヶ山の陸線が目を引きまします。大自然豊かな山をゆっくりとご案内します。

出発日 4月27日(日)・29日(火)
旅行代金 (お一人様) **15,800円**

行程▶各地=(高速道)=鏡ヶ成高原登山口(930m)→家山(1085m)→擬宝珠山(1110m)→鏡ヶ成高原登山口=(高速道)=各地[18:30~19:10]

第2回 体力2 明石 三宮 京都
技術1 7:50 8:30

**だいもんじやま
大文字山**

歩行距離 歩行時間 獲得標高
約7km 約3時間30分 820m

五山の送り火で有名な大文字山の火床も巡ります。火床は京都市内を一望できる絶景スポット。登山口は南禅寺の水路閣になりますので、お庭や山門等と一緒に楽しむことができます。

出発日 5月20日(火)・25日(日)
旅行代金 (お一人様) **14,400円**

行程▶各地=(高速道)=南禅寺(70m)→大文字山山頂(465m)→大文字火床→銀閣寺→哲学の道→南禅寺=(高速道)=各地[19:10~19:50]

第3回 体力1 三宮 明石 岡山
技術1 7:20 8:00

**きのじょうざん
鬼城山**

歩行距離 歩行時間 獲得標高
約3km 約1時間30分 300m

日本百名城の一つ鬼ノ城は日本の歴史書には記載されておらず謎の城と言われています。復元された城門は万里の長城を思わせる素晴らしいです。さらに、羽柴秀吉の水攻めで有名な備中高松城や、本殿が国宝の吉備津神社も巡ります。

出発日 6月17日(火)・28日(土)
旅行代金 (お一人様) **16,800円**

行程▶各地=(高速道)=砂川公園(タクシー乗換)=鬼ノ城(周回コースハイキング)=砂川公園=備中高松城=吉備津神社=(高速道)=各地[18:00~18:40]

第4回 体力1 明石 三宮 滋賀
技術1 7:50 8:30

**しずがたけ
賤ヶ岳**

歩行距離 歩行時間 獲得標高
約5km 約2時間30分 700m

羽柴秀吉と柴田勝家がかつた「賤ヶ岳」は古戦場跡がある歴史の山です。余呉湖とびわ湖の双方に面し、山頂から眺める南北それぞれの湖の姿は絶景です。

出発日 9月23日(火)・27日(土)
旅行代金 (お一人様) **15,800円**

行程▶各地=(高速道)=余呉湖畔(130m)→賤ヶ岳山頂(421m)→大岩山(282m)→余呉湖観光館(70m)=(高速道)=各地[18:50~19:30]

第5回 体力2 明石 三宮 奈良
技術1 7:50 8:30

**たかとりじょう
高取城**

歩行距離 歩行時間 獲得標高
約6km 約3時間30分 830m

日本三大山城の一つに数えられる高取城。建物は残っていませんが素晴らしい石垣群が天空の城を想像させます。ゴールでは西国三十三所観音霊場六番札所の重慶寺もお参りします。

出発日 10月14日(火)・18日(土)
旅行代金 (お一人様) **15,400円**

行程▶各地=(高速道)=高取児童公園→高取城黒門跡(225m)→高取城天守跡(584m)→壺阪寺(290m)=(高速道)=各地[18:20~19:00]

第6回 体力2 明石 三宮 大阪
技術1 7:50 8:30

**いわわきさん
岩湧山**

歩行距離 歩行時間 獲得標高
約9km 約4時間40分 1300m

ダイヤモンドトレイルのルート上であり、スキの山として親しまれています。歩行時間・距離は長めですが、その分登りきった後に山頂から見る黄金色に輝くスキの絶景は一味違ったものになるでしょう。

出発日 11月4日(火)・8日(土)
旅行代金 (お一人様) **14,800円**

行程▶各地=(高速道)=滝畑ダム登山口(280m)→岩湧山山頂(897m)→滝畑ダム登山口=(高速道)=各地[18:50~19:30]

服装と持ち物について ウォーキング、トレッキング、登山など各コースに適した服装と持ち物をご準備ください。

【例】◇上着 体温の調節を素早くするために脱ぎ着しやすいもの。重ね着が基本です。
◇手袋 防寒の目的以外にも、ヤブや枝から手指を保護するため。
◇雨具 上下別れたレインウェア(傘・ポンチョタイプは不可)天候は変化しやすいので、雨具は常に携帯するように心がけましょう。
◇水 小さなペットボトルで小分けにして持つのがおすすめです。
◇行動食 小分けしているお菓子類、飴、チョコレートなどの高カロリーな食材も万が一に備えて余分に持ちましょう。
◇リュックサック(ザック) 弁当(空箱はバスまで持ち帰りです)はもちろんお土産も入れることを考えて少し大きめを選びましょう。
◇靴下 マメや靴ずれを防ぐために厚手のものを。
◇靴 ウォーキングシューズまたはトレッキングシューズ
◇その他 地図・コンパス、財布、携帯電話、タオル、救急用薬品、ティッシュ、ごみ持ち帰り袋、シート、懐中電灯(できれば登山用ヘッドライト)。

ウォーキングの服装ポイント

帽子
一面につばのあるハットタイプがおすすめ。日焼けや日射病、ケガの防止のために必須。

服装
上着・下着とも吸湿性・通気性・即乾性にとんだ素材が最適。綿製は乾きにくく通しません。シャツは長袖がよいでしょう。

ズボン
動きやすい、伸縮性のあるものや、ゆとりのあるものがおすすめです。ズボンなどの綿素材は濡れた時に乾きにくいので通しません。

リュックサック
両手が空くように必ず背負うタイプのものを。

靴
ハイキングでは防水性のトレッキングシューズ、山道では季節(無雪期、積雪期)や山のレベルに応じた登山靴が最適。底が厚く硬いものがおすすめです。くるぶしまでであるハイカットが捻挫防止にも効果的です。

山陽バス ウォーキング倶楽部ご参加についてのお願い

- 同行者も含めすべてのお客様に氏名、携帯電話のご登録をさせていただきますのでご協力をお願いします。お客様の個人情報は、お申し込みいただいた旅行において必要な範囲でのみ利用させていただきます。
- 歩行時はお客様自身でも車、自転車、他の歩行者に充分にご注意の上お歩きください。またリーダーより前、添乗員より後ろを歩かないでください。
- ウォーキングツアーは団体スポーツの要素もございます。安全で円滑なツアー運営をするために、当社の添乗員やウォーキングリーダー、その他係員よりご指示させていただく場合がございます。その指示に従っていただけない場合は旅行開始後であっても旅行契約を解除させていただきます場合がございます。
- 健康に不安のある方、医師から運動を禁止されている方、団体行動にご協力いただけない方、周囲に迷惑や不快感を与える行動・言動をされる方、極端なマイペース歩行の方はご参加をお断りさせていただきます場合がございます。

憧れの 六甲全山縦走

全6回(日帰り)

登山ガイド・添乗員が
同行して安心サポート

現地集合プラン



かんたん予約は
こちら!

※第1回～第5回は昼食がついておりません。

第3回 鶴越～ 菊水山・鍋蓋山～ 新神戸

鶴越駅から菊水山・鍋蓋山を経てアップダウンが続くコースを歩きます。市ヶ原を過ぎて清涼感あふれる布引の滝を見れば新神戸駅はすぐ近くです。

歩行約10km 約3時間半 獲得標高1820m

■ 旅行代金
お一人様 **7,000円**

■ 出発日 4月27日(日)・10月19日(日)

■ 集合時間(場所)
午前8時 神戸電鉄・鶴越駅

行程▶ 鶴越駅(135m)…菊水山(459m)…鍋蓋山(486m)…大龍寺…市ヶ原…布引の滝…JR新神戸駅(55m) 13:30頃解散

第4回 新神戸～摩耶山～ 記念碑台

新神戸から市ヶ原を経て難所と言われる稲妻坂の急坂と天狗道を辛抱して登ると大展望を誇る摩耶山へ。六甲山上を歩いて六甲ケーブルで下山します。

歩行約14km 約5時間半 獲得標高2100m

■ 旅行代金
お一人様 **7,600円**

■ 出発日 5月11日(日)・11月2日(日)

■ 集合時間(場所)
午前8時 JR新神戸駅

行程▶ 新神戸駅(55m)…市ヶ原…稲妻坂…天狗道…摩耶山(702m)…記念碑台…山上駅…六甲ケーブル…六甲ケーブル下駅…阪急・六甲駅(55m) 15:30頃解散

第1回 須磨浦公園～ 須磨アルプス～ 妙法寺

須磨から始まる六甲全山縦走企画の第一回目です。海と山が織りなす景観を眼下に歩き進み、花崗岩の岩場で出来た須磨アルプスを通ります。

歩行約7km 約3時間半 獲得標高1205m

■ 旅行代金
お一人様 **7,000円**

■ 出発日 3月30日(日)・9月21日(日)

■ 集合時間(場所)
午前8時 山陽電鉄・須磨浦公園駅

行程▶ 須磨浦公園駅(10m)…鉢伏山…旗振山…高倉台…横尾山(312m)…須磨アルプス/馬の背…妙法寺駅(80m) 12:30頃解散

第2回 板宿～高取山～ 鶴越

山電板宿駅から住宅街を抜け、頂上に神社がある高取山から鶴越へ。これから始まる本格的な六甲縦走登山への足慣らしにぴったりのコースです。

歩行約9km 約3時間半 獲得標高1290m

■ 旅行代金
お一人様 **7,000円**

■ 出発日 4月13日(日)・10月5日(日)

■ 集合時間(場所)
午前8時 山陽電鉄・板宿駅

行程▶ 板宿駅(15m)…妙法寺…高取山(328m)…神戸電鉄・鶴越駅(135m) 12:30頃解散

第5回 記念碑台～ 六甲最高峰～ 有馬温泉

ケーブルを利用して山上駅まで上がります。記念碑台からならぬアップダウンの登山道を歩き六甲最高峰へ。魚屋道を下山して有馬温泉へと歩きます。

歩行約12km 約3時間半 獲得標高1880m

■ 旅行代金
お一人様 **7,600円**

■ 出発日 5月25日(日)・11月16日(日)

■ 集合時間(場所)
午前8時 阪急・六甲駅

行程▶ 六甲駅(55m)…ケーブル下駅…六甲ケーブル…六甲山上駅…記念碑台…極楽茶屋…六甲最高峰・六甲山(931m)…軒茶屋…魚屋道…有馬温泉駅(360m) 13:30頃解散

第6回 六甲最高峰～宝塚

六甲全山縦走の最終ステージは貫切バスで六甲山上へ。六甲最高峰から最終目的地までのラストウォークとして宝塚への長い道のりを踏みしめて歩きます。

歩行約12km 約4時間半 獲得標高2010m

■ 旅行代金
お一人様 **10,800円**

■ 出発日 6月8日(日)・11月30日(日)

■ 集合時間(場所) 往路のみバス利用
西神中央7:20 明石7:50 三宮8:30

行程▶ 各地=(高速道)→軒茶屋(880m)…六甲山(931m)…船坂峠…岩倉山…塩尾寺…阪急宝塚駅(45m) 15:30頃解散

山歩き参加基準のご案内

体力度	歩行時間 / 獲得標高差
体力1[入門]	3時間以内、または700m以内
体力2[初級]	3時間以上、または700m以上
体力3[中級]	5時間以上、または1500m以上

申込基準 80才以下の方(出発当日のご年齢)

技術度	コース中の危険箇所の有無
技術1[初級]	整備された場所、危険箇所の少ない整備された道
技術2[中級]	転倒・滑落等の危険箇所が部分的にあり、一部に鎖場・梯子場・岩場があるコース

- ご参加にあたって
- 万が一の事故に備え、国内旅行傷害保険への加入をお勧めいたします。
 - 悪天候等により旅程を変更したり、登山そのものを中止する場合があります。安全を優先するガイドの判断にご協力をお願いいたします。
 - お客様の過失による登山中の事故、災害については、当社は一切の責任を負いません。事故費用はお客様の負担となりますので予めご承知おきください。

お申し込みの前に ご一読ください

- ①体力度・技術度に関わらず、ツアーお申し込み時に登山歴と登山装備を確認させて頂く場合がございます。
- ②体力3または技術2に該当するツアーは過去1年以内に運動経験がない方(特に60歳以上)は参加をご遠慮下さい。
- ③その他、安全上の理由にて、ご参加をお断りする場合がございます。

山歩きが全く初めての方は体力1、何度か山歩きの経験がある方は体力2のツアーをおすすめします。

お申込みの前にお読みください(全コース共通)

- お申込み方法
当社所定の旅行申込書に所定事項をご記入のうえ、規定のお申込金を添えてお申込みください。旅行の契約はお申込み金を頂いた時に成立します。お電話でのお申込みも承ります。この場合、予約お申込みの翌日から3日以内にお申込み金を当社にご提出ください。この場合もお申込み金を頂いた時に成立したものと致します。
- お申込み金(お1人につき) 日帰りコース 2,000円 宿泊コース 5,000円
- 旅行中は集合場所から帰着・解散まで添乗員が、皆さまをご案内致します。
- 運輸機関の時刻改正・運賃の変更、あるいは出発後において天候、交通事情その他の理由により行程及び費用を変更する場合があります。
- 最少催行人員(20名)に満たない場合は、旅行の中止又は出発日の変更をお願いすることがあります。旅行を中止する場合は出発の10日前(日帰りは8日前)までにご連絡致します。但し、最少催行人員に満たない場合でも小型車(添乗員付き)で催行することがあります。
- 運行バス会社は山陽バスまたは同等のバス会社を利用します。(2025年2月1日現在明記)

- 取消料について：契約成立後、お客様のご都合で取消し及びコース、日程変更をされる場合は下記の取消料(変更手数料)を頂きますのであらかじめご了承ください。

取消日区分	20日(日帰りは10日)前～8日前	7日前～2日前	前日	出発当日の取消し	無連絡不参加・旅行参加後の前途放棄
取消料(お1人様)	旅行代金の20%	旅行代金の30%	旅行代金の40%	旅行代金の50%	旅行代金の100%

- 本旅行に関する責任免責損害賠償等やその他の事情については観光庁認可の当社旅行業約款の定めるところによります。

- バス車内は禁煙とさせていただきます。また、携帯電話のご利用、大声でのおしゃべりなど他のお客様にご迷惑がかかる行為は、慎んで頂きますよう、ご協力をお願い致します。
- 集合場所については、お申込み窓口にてご確認ください。(変更の可能性がございます)
- バス座席につきましては、原則申込順とさせていただきます。

★旅行代金は大人お一人様の代金です。

- パンフレット、ホームページ等に使用した風景写真は、イメージとして使用したのもありますので、お客様が旅行される時季に必ずしもご覧になれる風景とは限りません。また、料理写真・客室写真等は一例であり、実際とは異なる場合があります。

旅行企画・実施

山陽電鉄グループ 山陽バス観光センター

☎(078)706-3415 神戸市垂水区日向1丁目5番1-116号 レバンテ垂水2番館

営業時間 / 10:00～17:00(日・祝は休業)

(一社)全国旅行業協会正会員兵庫県知事登録旅行業第2-667号 総合旅行業務取扱管理者 馬場 勝司

★お申し込みはお近くの販売カウンターへ

明石 山陽バス団体旅行センター アスパシア明石北館3階 営業時間10:00～17:00(日・祝は休業)

(受託販売)