

マイペース登山計画書 No.05

— マイペース登山 5 六甲・北摂 40 信仰の山歩き —

- ◇ 行 先： 北摂:妙見山 (660m) A山行
- ◇ 日 時： 8月7日 (日) 雨天の場合は中止
- ◇ 集合場所： 能勢電鉄 妙見口駅改札口
- ◇ 集合時間： 9時15分
- 参考 京都河原町 7:33⇒烏丸 7:35(快速急行大阪梅田行)⇒十三着 8:15
 乗換 (宝塚本線急行宝塚行) 発 8:23⇒川西能勢口着 8:41
 乗換 (能勢電鉄妙見線妙見口行) 発 8:44 () ⇒妙見口 9:11
- ◇ 交通費： 往復：1720円 (阪急&能勢電 860円×2)
- ◇ 参加者： 音井正次・木村玄三雄
- ◇ 持ち物： 地図・磁石・弁当・水筒・雨具・帽子・懐中電灯・非常食・その他必要な物
- ◇ コース： 能勢電鉄妙見口駅→初谷登山口→妙見山→大堂越→黒川→能勢電鉄妙見口駅
- ◇ 地 図： 妙見山
- ◇ 歩行距離： 10km 4時間29分 (カシ米尔時間)
 登り 626m 下り 626m
- ◇ 保 険： ハイキング保険に加入 500/人(年間山岳保険加入者は除く)

コース概要 妙見さんと親しまれた信仰の山で交通の便も良くハイカーにも人気のある山です。
初谷溪谷沿いに登り山頂の三角点から妙見さんにお参りします。
神社手前の広場からは大阪湾・北摂の山々や六甲山等の展望が広がります。
下山は大堂越から沢道を黒川へ下り県道を辿り妙見口駅に戻ります。
暑い時期です無理をせず休憩を多くとりいつにも増してゆっくり歩きます。
飲料水は多めに用意して、こまめに摂取して熱中症対策をお願いします

※ 参加希望者は 8月5日 (金) 迄に「例会参加メンバー表」に記入 または下記へご連絡ください。

問合せ先：健康登山 HP 管理者

E メール：yama-kmri@sam.hi-ho.ne.jp