

## 最新催行状況表 2/25(火)(PC閲覧は青字をクリックでプラン表示)

おこるな しゃべるな むさぼるな ゆっくりあるけ しっかりあるけ 種田山頭火

三途(さんず)の 仏の道へ旅立ち 日本のどこかで貴女を待っている山がある

1. 登らず(餓鬼道) 足がつり、登りに苦しむ世界 登っても1時間半内でお茶を濁して、
2. 背負わず(畜生道) 耐えがたい荷物の重さ 背負っても、転倒時の脊髄と腰椎保護のため、
3. 歩かず(地獄道) 延々と長く続く苦しみ 歩いても、3時間のコース内で楽しみたい

●は検討している方がいる企画ですので成立しやすいプランです。

●日程が違えば行きたい場合は申し出ください、催行決定日でない日に差し替えも可能です。

三途(さんず)の道	行動 1~2時間 距離 1~2キロ 標高差100m~200m内 伊吹山観光登山
ハイキング・散策	行動 2~3時間 距離 2~4キロ 標高差300m内 生駒山以下里山
軽い登山	行動 3~5時間 距離 4~6キロ 標高差300m~500m内 金剛山
普通登山	行動 6~7時間 距離 7~8キロ 標高差500m~700m内 六甲山・愛宕山
鍛錬登山	行動 8~10時間 距離8~10キロ 標高差800m~1000m内 大峰山
熟達登山	行動 10時間以上 距離10キロ~ 標高差1000m~ アルプスなど高山
達者登山	行動 8~10時間 距離8~10キロ 標高差800m~ +岩場+難所コース

「歩かない生活を送ることは、年をとると歩けなくなることに直結する」

愛媛大学医学部附属病院抗加齢・予防医療センター長伊賀瀬道也

日付	曜		ガイドプラン	おすすめポイント	P		体	難	残		
2/	日	●	青垣の八重のセツブンソウ	絶滅危惧種			公募	体1	難1	残6	
4/	日	●	関西百名山雲取山	ヤマシャクヤク			公募	体3	難1	残6	
6/	日	●	湖南アルプス・笹間ヶ岳	カキラン			公募	体3	難1	残6	
8/	日	●	関西百名山青葉山	オオキンレイカ			公募	体3	難1	残6	
8/	日	●	高野山	ツリシュスラン			公募	体3	難1	残6	
9/	2泊	●	高知最後の旅・コオロギラン	御在所山・モネの池			公募	体3	難1	残6	
	2泊	●	甫喜ガ峰森林公園	コオロギラン			公募	体3	難1	残6	
	2泊	●	石工山	ヒメカニコウモリ			公募	体3	難1	残6	
10/	1泊	●	徳島妙見山 ヤッコウソウ	秋の味覚・戻り鱧(ハモ)三味			公募	体3	難1	残6	
		●	南海の聖地 竹ヶ島	四国の道」			公募	体3	難1	残6	
10/	1泊	●	広島安佐鈴峯 ヤッコウソウ	安芸の国を堪能			公募	体3	難1	残6	
日付	曜		ガイドプラン	おすすめポイント	P		体	難	残		
2/23	日	日	募	兵庫100山・足慣らしハイキング	弥十郎ヶ獄715メートル			公募	体2	難1	残6
2/24	月	日	募	丹波石金山	丹波の名峰360度展望			公募	体2	難1	残6
2/25	火	日	募	丹波石金山	丹波の名峰360度展望			公募	体2	難1	残6
2/26	水	日	募	丹波石金山	丹波の名峰360度展望			公募	体2	難1	残6
2/28	金	日	募	大和三山リベンジ	畝傍山・香久山・耳成山			公募	体2	難1	残7
3/1	土	日	募	大和三山リベンジ	畝傍山・香久山・耳成山			公募	体2	難1	残7
3/2	日	日	募	大和三山リベンジ	畝傍山・香久山・耳成山			公募	体2	難1	残7

代案		日帰	募	鈴音アルプス縦走観音岳605m	観音岳605m創造の森			公募	体2	難1	残7
3/3	月	日帰	募	奥伊吹野セツブンソウなど	最後の奥伊吹の山野草			公募	体2	難1	残7
3/4	火	日帰	募	奥伊吹野セツブンソウなど	最後の奥伊吹の山野草			公募	体3	難2	残7
3/5	水	日帰	募	琵琶湖沖島「蓬莱尾山」 日本唯一の淡水湖の有人島「湖上の山旅」				公募	体3	難2	残7
3/7	金	日帰	募	琵琶湖沖島「蓬莱尾山」	日本唯一の淡水湖の有人島「湖上(			公募	体3	難2	残7
3/8	土	日帰	募	奥伊吹野セツブンソウなど	最後の奥伊吹の山野草			公募	体3	難2	残7
3/9	日	日帰	募	鈴鹿入道ヶ岳915m・椿大社往復コース	藤原岳よりおおい花			公募	体3	難1	残7
3/10	月	日帰	募	観梅鈴鹿の森庭園	四日市の観梅三昧			公募	体1	難1	残7
3/12	水	日帰	募	鈴鹿入道ヶ岳915m・椿大社往復コース	藤原岳よりおおい花			公募	体3	難2	残7
3/13	木	日帰	募	観梅鈴鹿の森庭園	四日市の観梅三昧			公募	体1	難1	残7
3/14	金	日帰	募	観梅鈴鹿の森庭園	四日市の観梅三昧			公募	体1	難1	残7
3/15	土	1泊	募	総領のセツブンソウ	当たりはずれのない自生地			公募	体2	難1	残7
3/16	日	1泊	募	総領のセツブンソウ	当たりはずれのない自生地			公募	体2	難1	残7
3/15	土	日帰	募	山門湿原春の花 2011発見の新種北山オウレン				公募	体2	難1	残7
3/16	日	日帰	募	亀岡最高峰三岳山	源頼光の鬼退治伝説と福知山城839m			公募	体3	難1	残7
3/17	月	日帰	募	山門湿原春の花 2011発見の新種北山オウレン				公募	体2	難1	残7
				湖北にフキノトウ摘みにも立ち寄ってみます。							
3/18	火	日帰	募	山門湿原春の花 2011発見の新種	山門湿原春の花 2011発見の新種			公募	体3	難2	残7
3/19	水	日帰	募	山門湿原春の花 2011発見の新種北山オウレン				公募	体2	難1	残7
				湖北にフキノトウ摘みにも立ち寄ってみます。							
3/20	木	日帰	募	三郎ヶ岳とレンプクソウ	亀岡の花三昧			公募	体3	難1	残7
3/22	土	日帰	●	鈴鹿入道ヶ岳916m	椿大社往復コース			公募	体2	難1	残7
3/21	金	2泊	募	白馬岩岳スノーフィールド	白馬姫川温泉3階絶景確定			公募	体1	難1	残7
3/22	土	2泊	募	白馬岩岳スノーフィールド	北アルプス絶景と残雪遊び			公募	体2	難1	残7
3/23	日	2泊	募	白馬岩岳スノーフィールド	五竜岳武田菱・遠見尾根			公募	体2	難1	残7
3/21	金	日帰	募	かたくりの鳩吹山縦走	東海のカタクリ1番手、縦走			公募	体2	難1	残7
3/22	土	日帰	募	白馬代案は鳩吹山				公募	体2	難1	残7
3/23	日	日帰	募	近江百山岩尾山最澄開山	甲賀忍者修行360度展望			公募	体2	難1	残7
3/24	月	日帰	募	丹波の桜三昧とレンプクソウ	亀岡の花三昧・連福草で幸福			公募	体2	難1	残7
3/24	月	日帰	募	鈴鹿入道ヶ岳916m	椿大社往復コース			公募	体2	難1	残7
3/23	日	日帰	募	三郎ヶ岳とレンプクソウ	亀岡の花三昧			公募	体3	難1	残7
3/26	水	日帰	★	寿老の滝から黒の田東湿地	トウノウネコノメソウ			公募	体2	難1	残7
3/27	木	日帰	★	丹波の桜三昧とレンプクソウ	亀岡の花三昧・連福草で幸福			公募	体1	難1	残7
3/28	金	日帰	募	<a href="#">四国稲積山の桜・日帰り限界</a>	鳥居と海景色の絶景スポット			公募	体3	難1	残7
3/29	土	日帰	★	寿老の滝から黒の田東湿地	トウノウネコノメソウ			公募	体3	難1	残7
3/30	日	日帰	★	<a href="#">四国稲積山の桜・日帰り限界</a>	鳥居と海景色の絶景スポット			公募	体3	難1	残7
3/31	月	日帰	★	恵那寿老の滝・トウノウネコノメソウ・湿原へも登ります。				公募	体3	難1	残7
4/2	水	日帰	★	恵那寿老の滝・トウノウネコノメソウ・湿原へも登ります。				公募	体3	難1	残7
4/3	木	日帰	募	槇尾山のイナモリソウ	林床を埋め尽くすモフモフ			公募	体3	難2	残7

4/4	金	日帰	★	鈴鹿鈴北岳～鈴ヶ岳	福寿草の別天地7			公募	体3	難1	残7
4/5	土	1泊	募	<a href="#">北陸応援 福井の桜三昧</a>	勝山弁天桜堪能・勝山城			公募	体2	難1	残7
4/6	日	1泊	募	<a href="#">日本の桜百選・足羽川</a>	バンビラインカタクリ・矢ばな			公募	体2	難1	残7
4/5	土	日帰	募	榎尾山のイナモリソウ	林床を埋め尽くすモフモフ			公募	体3	難1	残7
4/6	日	日帰	募	恵那寿老の滝・トウノウネコノメソウ・湿原へも登ります。				公募	体3	難1	残7
4/7	月	日帰	募	丹波の桜づくし・丹波食の堪能	堤の桜からライトアップまで			公募	体3	難1	残7
4/9	水	日帰	募	丹波の桜づくし・丹波食の堪能	堤の桜からライトアップまで			公募	体3	難1	残7
4/10	木	日帰	募					公募	体3	難2	残7
4/11	金	日帰	募	<a href="#">鈴鹿長谷谷「ピンク三姉妹」イ</a>	イワザクライウウチワ・アカヤシオ			公募	体3	難2	残7
				鎌ヶ岳1161長谷尾根周回	春の鈴鹿花三昧犬星大滝						
4/12	土	日帰	募	石灰岩台地草間大地～無明谷	レンプクソウや春の花を堪能			公募	体3	難1	残7
4/13	日	日帰	募	ベンガラ吹屋・豪商の山里	ジャパンレッド発祥の地・宿泊			公募	体3	難2	残7
4/14	月	日帰	募					公募	体3	難2	残7
4/15	火	日帰	募					公募	体3	難2	残7
4/16	水	日帰	募	<a href="#">鈴鹿長谷谷「ピンク三姉妹」イ</a>	イワザクライウウチワ・アカヤシオ			公募	体3	難2	残7
				鎌ヶ岳1161長谷尾根周回	春の鈴鹿花三昧犬星大滝						
4/17	木	日帰	募	高野山ヒメフタバラン	絶滅危惧種			公募	体1	難1	残7
4/18	金	2泊	募	<a href="#">20240412 月惜山・医王山チラシ</a>	登りはゴンドラで楽々です。			公募	体3	難1	残7
4/19	土	2泊	募	新花の百名山・三百名山	医王山・奥医王山登頂			公募	体3	難1	残7
4/20	日	2泊	募	今回は奥獅子吼山まで登頂。	奥獅子吼は待機可能です。			公募	体3	難1	残7
4/21	月	日帰	募					公募	体3	難2	残7
4/22	火	日帰	募	高野山ヒメフタバラン	絶滅危惧種			公募	体1	難1	残7
4/23	水	日帰	募					公募	体3	難2	残7
4/24	木	日帰	募					公募	体3	難2	残7
4/25	金	2泊	募	福島20座「半田山」花三昧	縁起物NO1「連福草」			公募	体2	難1	残7
4/26	土	2泊	募	半田山自然公園・シラネアオイ				公募	体2	難1	残7
4/27	日	2泊	募					公募	体2	難1	残7
4/28	月	日帰	募	洞川温泉ハイキング	鍾乳洞巡り			公募	体3	難2	残7
4/29	火	日帰	募	洞川温泉ハイキング	鍾乳洞巡り			公募	体3	難2	残7
4/30	水	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/1	木	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/2	金	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/3	土	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/4	日	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/5	月	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/6	火	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/7	水	日帰	募					公募	体3	難2	残7
5/8	木	日帰	募					公募	体3	難2	残7

5/9	金	日帰	募					公募	体3	難2	.残7
5/10	土	1泊	募	1山1湯「関西百名山の雄」	大峰奥駆道「笠捨山」トライ			公募	体4	難2	.残7
5/11	日	1泊	募	早朝トライで難攻不落を落す	大峰で1番不便な山域の主			公募	体4	難2	.残7
6/27	金	2泊	募	<a href="#">ヒメユリ咲き誇る浅草岳・守門岳</a>	リベンジ企画			公募	体3	難1	.残7
6/28	土	2泊	募	<a href="#">ヒメユリ咲き誇る浅草岳・守門岳</a>	リベンジ企画			公募	体3	難1	.残7
6/29	日	2泊	募	<a href="#">ヒメユリ咲き誇る浅草岳・守門岳</a>	リベンジ企画			公募	体3	難1	.残7
7/4	金	2泊	来年	<a href="#">富士山自然休養林 富士北麓</a>	富岳スズムシソウ・徹底して探索・スズムシソウも						
7/5	土	2泊	来年	<a href="#">富士山自然休養林 富士北麓</a>	ハコネラン・徹底して探索			公募	体3	難1	.残7
7/6	日	2泊	来年	<a href="#">富士山自然休養林 富士北麓</a>	フジハタザオ・最後の訪問			公募	体3	難1	.残7
7/1		1泊	募	百名山宝剣岳・極楽平周遊	チョウノスケソウ			公募	体3	難2	.残7
7/1		1泊	募	島田娘稜線往復もしたい	チョウノスケソウ			公募	体3	難2	.残7
7/23	水	日帰	募	鯉が窪湿原 西の尾瀬	オグラセンノウ 早朝出発			公募	体1	難1	.残7
7/24	木	日帰	募	鯉が窪湿原 西の尾瀬	オグラセンノウ 早朝出発			公募	体1	難1	.残7

