

モットー「楽しき中にも規律あり」 トップより先に歩かない。間隔を開けない。アンカーより後にならない。

20015年8月30日

健脚組各位

兵庫東歩こう会

## 第223回例会「ポンポン山から天王山へ」ご案内

秋たけなわのこの日、京都西山の名刹善峯寺から、展望の山ポンポン山へ登ります。ここで早めの昼食を終え、釈迦岳を経て天王山に下ります。

午後からの歩行距離が11kmと長距離となるので行動食を準備して、ハードですが、しっかり歩きましょう。

### 記

集合日時：2015年 10月 8日（木） 8時30分 受付開始：8時10分

集合場所：阪急京都線 「東向日」駅 西 改札口

雨天対応：気象庁のホームページ（URL：<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>）

またはNTTの天気予報(075+177)で、京都府南部の例会前日17時発表

翌日06-12時、12-18時の降水確率のいずれかが50%以上のときは中止とします。

コース：阪急東向日駅＝善峯寺BS(300m)～ポンポン山(678m)～釈迦岳(631m)～大沢の杉(340m)～柳谷観音(240m)～天王山(270m)～宝積寺(85m)～阪急大山崎駅(15m) 注＝：バス、～：徒歩

距離：14.3km、時間：7h00min、標高差：663m 難易度：★★★★

服装：手袋、帽子、登山靴(ハイカット)、ステッキ

持参物：弁当、飲料水、敷物、タオル、雨具

費用：500円 阪急バス運賃350円：自己負担（現金とICカードのみで、**ラガールカードは不可**）

保険：当クラブで発生した事故については会として一切責任は負えません。各自の責任のもとに対応をお考えください。万一のことを考えまして団体傷害保険には加入しています。

電車案内：阪急電車・京都線

京都線 快速急行（河原町行）			普通 に 乗換	普通（河原町行）
梅田	十三	長岡天神		東向日
7:25	7:29	7:57	8:04	
7:35	7:39	8:06	8:13	

善峯寺：1029年（長元2）源算上人が創建。西国三十三ヵ所第20番札所で、西山の名刹。境内にある遊龍の松（天然記念物）は、高さ2メートル余だが、横へ37メートル以上も幹を伸ばし、龍の姿に似ている。また、境内は3万坪で四季折々の花にめぐまれ幽玄の観音浄土である。

ポンポン山：京都府と大阪府の境に位置するポンポン山は山頂で足踏みすると「ポンポン」と音がするところから名づけられたとのことである。正しくは加茂勢山という。

大沢の杉：大阪府指定天然記念物で樹齢800年 樹高20m 幹周り6.7m（推定）

柳谷観音：楊谷寺（ようこくじ）の別称。京都西山の隠れたもみじの名所。山寺のもみじが楽しめる。

連絡事項：**コース途中からの参加、途中からの帰宅、コースを外れた個人行動は一切お断りします**

受付：当日、現地での参加の受付をします（健脚組コースには一般組の方は参加できません）。

[問合せ先] 久保、松井