

## 260506\_摩耶ケーブル下駅\_上野道\_山寺尾根

地点	累積距離 (+)	ペース(分 /+) )	時間 (計算)	時間 (計画)	備考	実記録
JR三ノ宮駅中央改札(集合)	0.0	-	9:35	9:35	集合(改札前)	
地下鉄三宮駅前バス停	0.0	-	9:45	9:45	市バスに乗って、摩耶ケーブル下駅まで移動します。  地下鉄三宮駅前バス停(神戸市営バス_18系統_JR六甲道行_N2のりば_9:50発_230円) =摩耶ケーブル下(10:14着)	
摩耶ケーブル下駅	0.0	-	10:15	10:15	(再集合)	
五鬼城山展望公園方面	0.5	35	10:32	10:30	五鬼城山展望公園に向かって西進して、上野道から登山開始します。	
山門下	1.8	40	11:22	11:20	摩耶ケーブル、虹の駅を右手に、旧天上寺の山門まで進みます。	
史跡公園	2.0	35	11:30	11:30	長い階段を上って、史跡公園(旧天上寺)に到着。	
掬星台	2.6	35	11:49	11:50	摩耶山、掬星台に上ると、神戸市街、大阪湾、関西国際空港、紀伊半島、淡路島、さらには友ヶ島まで見渡せる広大な景色が広がります。絶景を楽しみながら昼食休憩です。	
(昼食_20分)	2.6	0	12:09	12:10	出発時刻	
山寺尾根→カスケードパレイ合流	4.2	30	12:58	13:00	山寺尾根をゆっくり下山します。	
杉谷登山口	5.0	25	13:16	13:15	杉谷登山口を通過して、ふじ温泉でゴールです。	
ふじ温泉	6.2	12	13:31	13:30	ふじ温泉で、疲れた足を癒します。	
(入浴_40分)	6.2	0	14:11	14:10	出発時刻(最長予定時間)	
JR六甲道駅	7.2	12	14:23	14:22	JR六甲道から住吉に移動します。  JR六甲道駅(JR神戸線松井山手行_3/4番_14:25発、150円)=JR住吉駅(1/2番_14:28着)	
JR住吉駅改札前	-	-	14:25	14:30	(集合) 住吉駅前で、お好みの飲食物を買出しです。	
(買出し_20分)	-	-	14:45	14:50	出発時刻	
ビュータワー住吉館27階集会場	-	-	14:55	15:00	歩こう会懇親会を開催します。 ビールやワイン等で季節の話題を楽しみましょう。 (予約時間 14:00-19:00)	
(懇親会_2時間30分)			17:25	17:30	順次解散	