

2021年 1月、2月、3月 練習会予定表

Annual activity plan designed by Akkun

北須磨クラブかけっこぐみ

月	日	集合場所	スタート	練習コース	時間	ゴール	アフター (一次会)
1月	9 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	16 (土)	名谷駅	7:00	(健脚コース)高塚高校～桜丘～吞吐ダム～藍那～白川	5:00	チムスパ神戸 他	金時or天天
			8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	
	23 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノエビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ポアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
	30 (土)	名谷駅	8:00	福田川～舞子～明石～サイクリング道～江井ヶ島～R250側道～別府鉄道跡	5:00	千代の湯	やまとやしき7F赤坂飯店
2月	6 (土)	名谷駅	7:00	(健脚コース)高塚高校～桜丘～吞吐ダム～藍那～白川	5:00	チムスパ神戸 他	金時or天天
			8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	
	13 (土)	名谷駅	8:00	学園都市～西神南～谷口～櫛谷川～明石城公園～大蔵海岸	3:00	龍の湯	明石お好み焼きor金時
	20 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノエビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ポアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
	27 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
3月	6 (土)	名谷駅	8:00	須磨アルプス～おらが山～塩屋～アジュール舞子～大蔵海岸	3:30	龍の湯	明石お好み焼きor金時
	13 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	20 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノエビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ポアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	ひろひろor天天
	27 (土)	JR三宮 JR高槻	7:15 8:10	(健脚コース)摂津峡～神峰山寺～本山寺～ポンポン山～金蔵寺～花の寺～国道沓掛～苔寺～(途中花見)	5:00	やしろ湯 入浴セット要	京都駅地下 四川
		名谷駅	8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天

◎第2火曜日は1月12日、2月9日、3月9日。ニューミュンヘン神戸大使館にて、スタートは18:30です。

※3月27日のJR高槻へは次の電車がよろしいかと思います。

JR三ノ宮7:20<新快速>高槻8:00

高槻市バス 高槻駅北乗り場で次のバスに乗って下さい (上ノ口まで220円 20分)

①番のりば発車時刻 8:08(53系統原大橋行←ちょっと上まで行きます)、8:15(54系統上ノ口行)・・

2021年 4月、5月、6月 練習会予定表

Annual activity plan designed by Akkun

北須磨クラブかけっこぐみ

月	日	集合場所	スタート	練習コース	時間	ゴール	アフター (一次会)
4月	3 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	都賀川花見 (ダイエー買出し)
	10 (土)	JR三宮 近鉄桜井	7:30 9:20	(健脚コース)奈良 逆・山の辺の道(桜井～天理～奈良)	5:00	花園新温泉 or扇湯 入浴セット要	奈良串王→ 金時
		名谷駅	8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	17 (土)	名谷駅	8:00	須磨アルプス～おらが山～塩屋～アジュール舞子～大蔵海岸	3:30	龍の湯	明石お好み 焼きor金時
	24 (土)	名谷駅	7:00	(健脚コース)高塚高校～桜丘～吞吐ダム～藍那～白川	5:00	チムスパ 神戸 他	金時or天天
8:00			(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉		
5月	1 (土)	阪急三宮 阪急箕面	7:20 8:30	(健脚コース)箕面滝～政の茶屋～開成皇子墓～北摂霊園～泉原～忍頂寺～竜王山々頂～車作～萩谷～摂津峡	5:30	美人の湯 「ゆ」祥風苑	高槻こがんこ
		名谷駅	8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	8 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～分水嶺越え～20クロス～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	15 (土)	名谷駅	8:00	福田川～舞子～明石～サイクリング道～江井ヶ島～R250側道～別府鉄道跡～	5:00	千代の湯	やまとやしき 7F赤坂飯店
	22 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ホーアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
				29 (土)	名谷駅	7:00	(健脚コース)高塚高校～桜丘～吞吐ダム～藍那～白川
	8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30			灘温泉	
6月	5 (土)	名谷駅	8:00	須磨アルプス～おらが山～塩屋～アジュール舞子～大蔵海岸	3:30	龍の湯	明石お好み 焼きor金時
	12 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	19 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ホーアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
	26 (土)	名谷駅	7:00	(健脚コース)高塚高校～桜丘～吞吐ダム～藍那～白川	5:00	チムスパ 神戸 他	金時or天天
8:00			(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉		

◎第2火曜日は4月13日、5月11日、6月8日。ニューミュンヘン神戸大使館にて、スタートは18:30です。

※4月10日の逆・山の辺の道(近鉄桜井)へのアクセスは、次の電車がよろしいかと思います。
 (往路)JR三ノ宮7:35<神戸線新快速>大阪7:58/8:04<大阪環状線(外回り)>鶴橋8:20
 近鉄鶴橋8:34<近鉄大阪線急行>近鉄桜井9:16
 (復路)JR奈良14:47<JR大和路快速>大阪15:37

※5月1日の箕面へのアクセスは次の電車がよろしいかと思います。
 (往路)阪急神戸三宮7:20→(特急)→十三7:45/7:46→石橋8:03/8:08→箕面8:15

(復路)JR高槻

2021年 7月、8月、9月 練習会予定表

Annual activity plan designed by Akkun

北須磨クラブかけっこぐみ

月	日	集合場所	スタート	練習コース	時間	ゴール	アフター (一次会)
7月	3 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	10 (土)	名谷駅	7:00	福田川～舞子～明石～サイクリング道～江井ヶ島～R250側道～別府鉄道跡	5:00	千代の湯	やまとやしき7F赤坂飯店
	17 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	24 (土)	名谷駅	7:00	福田川～舞子～大蔵海岸～(荷物は龍の湯)～明石～サイクリング道～江井ヶ島折り返し	5:30	龍の湯	明石お好み焼きor金時
	31 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
8月	7 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	14 (土)	名谷駅	8:00	おらが山～塩屋～アジュール舞子(海水浴)～大蔵海岸	3:00	龍の湯	明石お好み焼きor金時
	21 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	28 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノエビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ホーアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
9月	4 (土)	名谷駅	8:00	学園都市～西神南～谷口～櫛谷川～明石城公園～大蔵海岸	3:00	龍の湯	明石お好み焼きor金時
	11 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	18 (土)	名谷駅 ロータリー	8:00	<丹後ウルトラぐみ> 2021歴史街道丹後100kmウルトラマラソン 移動日	-	島田荘	-
			8:00	<ノンウルトラぐみ>高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノエビアスタジアム～ハーバーランド～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
	19 (日)	アミティ 丹後	4:30	2021歴史街道丹後100kmウルトラマラソン	10～14	島田荘	宿の部屋
	25 (土)	名谷駅	8:00	おらが山～塩屋～アジュール舞子～大蔵海岸	2:00	龍の湯	明石お好み焼きor金時

◎第2火曜日は7月13日、8月10日、9月14日。 ニューミュンヘン神戸大使館にて、スタートは18:30です。

2021年 10月、11月、12月 練習会予定表

Annual activity plan designed by Akkun

北須磨クラブかけっこぐみ

月	日	集合場所	スタート	練習コース	時間	ゴール	アフター (一次会)
10月	2 (土)	名谷駅	8:00	福田川～舞子～明石～サイクリング道～江井ヶ島～R250側道～別府鉄道跡～	5:00	千代の湯	やまとやしき 7F赤坂飯店
	9 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	16 (土)	名谷駅	8:00	須磨アルプス～おらが山～塩屋～アジュール舞子～大蔵海岸	3:30	龍の湯	明石お好み 焼きor金時
	23 (土)	名谷駅	7:00	(健脚コース)高塚高校～桜丘～吞吐ダム～藍那～白川	5:00	チムスパ 神戸 他	金時or天天
			8:00	(並みコース)星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	
	30 (土)	名谷駅	8:00	福田川～舞子～明石～サイクリング道～江井ヶ島～R250側道～別府鉄道跡～	5:00	千代の湯	やまとやしき 7F赤坂飯店
11月	6 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ホーアイ)～灘駅南～王子公園南	3:00	灘温泉	金時or天天
	13 (土)	名谷駅	8:00	学園都市～西神南～谷口～櫛谷川～明石城公園～大蔵海岸	3:00	龍の湯	明石お好み 焼きor金時
	14 (日)	神戸市役所	9:00	第11回 神戸マラソン(当選・出走される方は自己ベスト更新を！)	3:00 ～5:00	ポート アイランド	金時(16～)
	20 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	27 (土)	名谷駅	8:00	須磨アルプス～おらが山～塩屋～アジュール舞子～大蔵海岸	3:30	龍の湯	明石お好み 焼きor金時
12月	4 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天
	11 (土)	名谷駅	8:00	高倉台～離宮道～須磨海浜公園～ノビアスタジアム～ハーバーランド～(健脚コース:ホーアイ)～灘駅南～王子公園南	2:30	灘温泉	忘年会予定
	18 (土)	名谷駅	8:00	学園都市～西神南～谷口～櫛谷川～明石城公園～大蔵海岸	3:00	龍の湯	明石お好み 焼きor金時
	25 (土)	名谷駅	8:00	星和台～西鈴蘭台～二軒茶屋～洞川～修法ヶ原～市が原～新神戸	3:30	灘温泉	金時or天天

◎第2火曜日は10月12日、11月9日、12月14日。 ニューミュンヘン神戸大使館にて、スタートは18:30です。