JR東海

春の楽しい1日体験!! さわやかウォーキング

3月20日(土)開催 スタート開始時間 8:30~10:40

熊野古道伊勢路最大の難所 八鬼山越え

■スタート駅/紀勢線 大曽根浦駅 ■コース距離/約11km ■所要時間/約4時間30分

超健脚向コース

熊野古道の各所にてJR東海社員の熊野古道マイスター(熊野古道案内人)の案内があります。

大曽根浦駅→熊野古道センター→民謡・尾鷲節「道標歌碑」→
1.0km 1.0km 0.5km

熊野古道八鬼山越え 登り口→駕籠立場→九木峠→
1.0km 2.0km 0.8km

三木峠→明治道・江戸道合流点→名柄一里塚→
1.8km 0.8km 1.0km

三木里海岸→三木里駅
1.1km

※季節の花・風景・イベントなどは、気象状況等によりご覧いただけない場合がございます。

16時までにゴールしてください。
コースの案内看板は、スタート駅に一番近いものから13時頃より撤去いたしますのであらかじめご了承ください。

イラストはイメージです。

ご注意とお願い

このコースは
体力に自信のある方向きの
超健脚向コースです。
熊野古道 八鬼山越えは、
石畳の山道で滑りやすい箇所も
ありますので
山歩きに適した靴と雨ガッパ等は
必ずご用意ください。
また、このコースでは、
ステッキ等をご用意される事を
お奨めします。

参加にあたってのご注意

- ●参加者は自己の責任で健康を管理し、健康状態のすぐれないときは参加をご遠慮ください。
- ●出発前には各自準備運動を必ずおこなってください。
- ●ウォーキング中の負傷等につきましては、責任を負いかねますのでご了承ください。
- ●天候等の理由によりコース変更をする場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ●コース、各施設などには段差、階段、未舗装の箇所がございます。あらかじめご了承ください。
- ●列車・バス・船等の交通費やコース途中で入る施設の入場料及び物産品等の実費は各自でお支払いください。
- ●ウォーキングに適した、歩きやすい服装・靴でご参加ください。特に健脚向コースに参加される場合には、十分な装備をお願いいたします。
- ●雨の日のウォーキングでは、雨ガッパ等をご用意ください。
- ●お弁当・飲料水等は各自でご用意ください。
- ●日傘等の使用は周りのお客様のご迷惑にならないようにご注意ください。

たくさん参加して、グッズをもらおう!!

ウォーキングに参加して、スタンプを集めると素敵なグッズがもらえます。
詳しくは総合パンフレットまたはホームページをご覧ください。

さわやかウォーキング専用の駐車場はございません。JR・伊勢鉄道をご利用ください。

◉お弁当予約のご案内

事前にご予約いただくと、当日スタート駅の「大曽根浦駅」で受け取ることができます。(3月17日(水)17:00まで予約可)

マダイの味噌漬けや、旬の野菜などをまごころ込めて詰め込んだ
「地物にこだわった手作り田舎弁当」(お茶付き)
……600円(厨工房ごしま)

熊野古道伊勢路のお弁当
「尾鷲鯛めし弁当」
……1,200円(尾鷲観光物産協会)

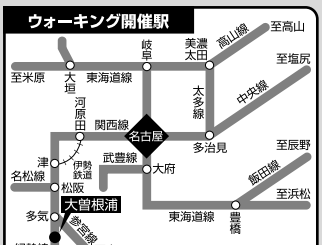
予約先/尾鷲観光物産協会 TEL・FAX共通 0597-23-8261

イベント案内

●ゴール三木里駅にて/「檜の特製キーホルダー」をプレゼント

※ただし、なくなり次第終了とさせていただきます。

ウォーキング開催駅



JR東海ホームページ http://jr-central.co.jp

お出かけに便利な列車 ※「トイカ」はご利用になれません。

主な駅の発車時刻表です。どうぞご利用ください。

特急南紀1号	名古屋→	桑名→	四日市→	津→	松阪→	多気→	大曽根浦駅
	8:08発	8:29発	8:40発	9:01発	9:16発	9:23発	10:38着(臨時停車)
快速さわやかウォーキング号	名古屋→	桑名→	四日市→	津→	松阪→	多気→	大曽根浦駅
	6:49発	7:16発	7:29発	7:49発	8:26発	8:36発	10:19着(臨時列車)

※特急列車には特急券が必要です。
※上記列車は伊勢鉄道線経由です。伊勢鉄道区間に有効な乗車券類が必要です。

特急「南紀号」の特急料金のご案内
名古屋(指定席利用)→大曽根浦 おとな2,920円・こども1,450円
名古屋(自由席利用)→大曽根浦 おとな2,410円・こども1,200円
※指定席は、ご乗車になる日の1箇月前の10時から駅・旅行会社の窓口で発売いたします。

三木里駅発車時刻表

(多気・名古屋方面) (新宮方面)

発車時刻	時間	発車時刻
	11	
04多	12	19新
	13	
05紀	14	
23●名 56□名	15	
16亀	16	06新

●…特急南紀号(特急列車には特急券が必要です。)
□…快速さわやかウォーキング号
※名古屋行の列車は伊勢鉄道線経由です。伊勢鉄道区間に有効な乗車券類が必要です。
紀…紀伊長島行 多…多気行 亀…亀山行 名…名古屋行

記事
新…新宮行

お問い合わせ
JR東海テレフォンセンター/050-3772-3910(6:00~24:00 年中無休)
※自動応答案内終了後、#2を押してください。
悪天候の場合開催を中止させていただく場合がございます。開催の可否については、JR東海テレフォンセンターで開催当日の朝6時からお問い合わせを承ります。

※このPDFの内容等は、平成22年2月1日現在のものです。PDFの内容等は変更になる場合がございます。