

# 秋の六甲・有馬の森をめぐるハイキング!

これから見ごろを迎える六甲山の紅葉や大自然の絶景を  
楽しみませんか?

紅葉、運動、美食、癒しのフルコースを味わうことができる内容です!

- 開催日 2010年11月28日(日)  
コース 六甲ケーブル下⇒六甲山上⇒登六庵にて昼食⇒有馬温泉  
集合時間 9時30分集合、15時30分有馬にて解散予定  
集合場所 阪急六甲駅  
参加費 ウェルネスデザイン会員様 ¥2,000  
ビジター ¥2,500(コース案内、保険、昼食代込)  
※参加費は当日現地にて徴収いたします。  
※温泉入浴料は含まれていません。  
持ち物 飲み物、栄養補給用の携帯食  
着替え、雨具、防寒具  
服装 動きやすい服装、トレッキングシューズ  
※山上では市街地より5~6℃気温が下がります。

## タイムスケジュール

- 9:30 阪急六甲駅集合  
9:45 阪急バス16系統9時45分発で六甲ケーブル下へ  
10:00 アイスロードを経て六甲山上へ登山開始  
12:00 登六庵にて昼食(名物ライスカレー)  
13:00 紅葉谷を経て有馬へ下山  
※体力に自信がない方はケーブルを使って下山も可  
14:30 有馬温泉 金の湯で入浴(入浴料¥650)  
15:30 現地解散(帰路はバス・電車をご利用ください)

## 〈申し込み方法〉

※お名前、ご連絡先電話番号をご記入の上、下記アドレスにメールにてお申込みください。  
E-mail [marisukechan@gmail.com](mailto:marisukechan@gmail.com)

## 〈申込締切〉

2010年11月25日(木)

## 〈お問い合わせ先〉

ウェルネスデザイン 松井 麻里子  
TEL 078-891-9256  
URL <http://wellnessdesign.jp>