

## 無畏施ガイド行程表

様

コース名 : **B** コース (ソフト対応型) 【6泊7日】  
 頑張らない・ゆっくりベーシックツアー

旅行日 : 0~0

概略 : 1番霊山寺~17番井戸寺・JR徳島駅まで

最少催行人数 : 1名/組 (募集人数2名/組、募集1組)

お四国センター 直心(じきしん)  
 〒779-1245  
 徳島県阿南市那賀川町中島 951-1  
 TEL: 0884-42-4364  
 FAX: 0884-42-2459

歩き経路・札所・歩行予定距離(km)など。	宿泊予定地区
≪前泊日≫ 一番霊山寺山門付近のお宿です 指定のお宿に夕方6時までにはチェックインしてください ■「鳴門西」/「松茂バスターミナル」降車場及び「徳島阿波踊り空港」をご利用の場合、事前連絡により送迎いたします	鳴門市大麻町霊山寺近隣地区
≪歩き遍路初日≫ 歩き遍路の一步を刻み始めます 宿発 → 1番霊山寺 → 2番極楽寺 → 3番金泉寺 → 4番大日寺 → 5番地藏寺 → 6番安楽寺 → お宿 歩行距離17km	上板町地区
≪2日目≫ 無言の行も体験します 宿発 → 7番十楽寺 → 8番熊谷寺 → 9番法輪寺 → 10番切幡寺(333段) → 善入寺島(日本一の川中島) → 川島潜水橋 → お宿 *状況に応じて歩行距離を調整します 歩行距離 17km	鴨島町地区
≪3日目≫ *ハードな一日です 宿発 … 川島潜水橋 → 11番藤井寺 ⇒ 長戸庵 ⇒ 柳水庵 … お宿 *状況に応じて歩行距離を調整します 歩行距離 12km	神山町地区
≪4日目≫ お四国の最大の難所に踏み込み(二日目)ます 宿発 … 柳水庵 ⇒ 浄蓮庵 ⇒ 左右内集落 ⇒ 12番焼山寺 ⇒ 鍋岩 ⇒ 玉ノ峠 … お宿 *大変にハードな一日です 歩行距離 12km	神山町地区

歩き経路・札所・歩行予定距離(km)など。	宿泊予定地区
<p>《5日目》 鮎喰川に沿って歩きます。 <b>*ややハードな歩きです。</b></p> <p>宿発 → 鮎喰川北岸 → 行者橋 → おやすみなし亭 → 13 番大日寺 → お宿</p> <p style="text-align: right;">歩行距離 19km</p>	一宮町地区又は 国府町地区
<p>《6日目》 ｱｽﾌﾙﾄ車道を歩きます。</p> <p>宿発 → 14 番常楽寺 → 15 番国分寺 → 16 番観音寺 → 17 番井戸寺 → JR 徳島駅前・解散地（解散予定時刻：午後 2 時頃）</p> <p style="text-align: right;">歩行距離 15km      <b>*総歩行距離＝92km</b></p>	解散・自由行動
<p><b>*JR 徳島駅前</b>で解散します。 解散後は各自の自由行動となります。</p> <p><b>*後泊</b>をご希望の方には、お宿の手配を致します。</p> <p><b>*歩き遍路</b>を続けられる方にはお宿情報や行程のアドバイスを致します。</p>	
<p>○ 記号説明 「→」は車道又はへんろ道 「⇒」は遍路ころがし 「…」はその他</p> <p>○ 天候・交通事情等の事由により変更になることもあります</p>	

〔ガイド事項等〕 ・札所案内 ・寺院でのマナー、手水場作法、勤行次第、納経手続等 ・柔軟運動、身体ケア等 ・肉刺予防、足裏ケア等 ・遍路文化、歴史等 ・道標や地図利用等 ・宿情報、宿手配、一日当り歩行距離等 ・事故防止、体験談等 ・その他のお役立ち情報等を提供します

☆2日目、3日目、4日目の宿泊先で整体師による足の筋肉痛ケア（追加料金¥6,000-/1回）を組み込むことも可能です