

無畏施が`仆`行程表

(企画案 1/2)

様

コース名 : **H** (8泊9日) **安心安全** 阿波一国ツアー

旅行日 : 0 ~ 0

概略 : 1番霊山寺から23番薬王寺まで

最少催行人数 : 1名/組 (募集人数3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

徳島県知事登録旅行業第2-145号 (社)全国旅行業協会正会員

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時までにチェックインしてください。 「鳴門西」・「松茂」高速バス降車場及び徳島空港到着便をご利用の場合、事前連絡により送迎いたします。	1番霊山寺 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。ややハードな歩きです 宿発 → 7番十楽寺 → 8番熊谷寺 → 9番法輪寺 → 10番切幡寺 → 善入寺島(日本一の川中島) → 川島潜水橋 → 11番藤井寺 → お宿 *状況に応じて歩行距離を調整します。 歩行距離 22km	吉野川市地区
《3日目》 お四国の最大の難所に踏み込みます。*ハードな一日です 宿発 → 11番藤井寺 ⇒ 長戸庵 ⇒ 柳水庵 ⇒ 浄蓮庵 ⇒ 左右内集落 ⇒ 12番焼山寺 ⇒ 鍋岩 → お宿 歩行距離 18km	神山町地区
《4日目》 鮎喰川に沿って歩きます。ややハードな歩きです 宿発 ⇒ 玉ヶ峠 → 鮎喰川北岸道 → おやすみなし亭 → 13番大日寺 → お宿 歩行距離 20km	徳島市地区
《5日目》 夕方、ご希望により阿波踊り観光も可能です 宿発 → 14番常楽寺 → 15番国分寺 → 16番観音寺 → 17番井戸寺 → お宿 歩行距離 17km	徳島市地区

コース名 : **H** (8泊9日) **安心安全** 阿波一国ツアー

歩き経路・札所・歩行予定距離(km)など	宿泊予定地区
<p>《6日目》 少しだけ頑張る一日です</p> <p>宿発 → 勝浦川大橋 → 18番恩山寺 → 19番立江寺 → 20番鶴林寺麓 → お宿</p> <p style="text-align: right;">歩行距離 24km</p>	小松島市又は 勝浦町地区
<p>《7日目》 「お鶴」・「太龍」の遍路ころがしを越えます *ハードな一日です</p> <p>宿発 → 生名 ⇒ 20番鶴林寺 ⇒ 水井橋 ⇒ 21番太龍寺 ⇒ (舎心ヶ嶽) → お宿</p> <p style="text-align: right;">歩行距離 15km</p>	阿南市又は 小松島市地区
<p>《8日目》 初めて海が視界に入ります</p> <p>宿発 → 大根峠 → 22番平等寺 → 釘打 → 由岐海岸ルート → お宿</p> <p style="text-align: right;">歩行距離 19km</p>	阿南市又は 美波町地区
<p>《9日目》 俳句の小路を経て薬王寺に向かって歩きます</p> <p>宿発 → 山座峠 → えびす洞 → 23番薬王寺 【参拝後解散・自由行動】 解散予定：お昼頃</p> <p style="text-align: right;">歩行距離 11km</p>	*総歩行距離 =163km
<p>*参拝終了時点で解散します。 解散後は各自の自由行動となります</p> <p>*後泊をご希望の方には、お宿の手配を致します</p> <p>*歩き遍路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</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

☆オプションで「筋肉ほぐしプログラム（要追加料金¥12,000-）」を2回組み込むことも可能です