

頑張らない・ゆっくり「I コース」行程表

企画案 1/2

様

コース名: I (9泊10日) 頑張らない・ゆっくり阿波一国ツアーチ	
最小催行人数: 1名／一組 (Max.2名) 旅行日: 前泊日0～最終日0	
概略: 鳴門市を発し、1番靈山寺～23番薬王寺(23ヶ寺)を参拝、美波町までの歩き遍路。歩行距離=約163km	
歩き経路・参拝札所・歩行予定概算距離(km)等	宿泊予定地区
《前泊》 1番靈山寺近郊の指定宿に午後5時までにチェックインしてください	鳴門市地区
《歩き遍路初日》 歩き遍路の一歩を刻み始めます 歩行距離=約17km 宿発 → 1番靈山寺 → 2番極楽寺 → 3番金泉寺 → 4番大日寺 → 5番地蔵寺 → 6番安楽寺 → お宿	上板町地区
《2日目》 四国三郎(吉野川)を渡ります 歩行距離=約17km 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)・潜水橋 → 吉野川南岸休憩所 … お宿	吉野川市地区
《3日目》 お四国の最大難所に踏み込みます 歩行距離=約11km 宿発 … 吉野川南岸休憩所 → 11番藤井寺 ⇒ 長戸庵 ⇒ 柳水庵 … お宿 ハードな一日です	神山町地区
《4日目》 お四国の最大難所二日目です 歩行距離=約10km 宿発 … 柳水庵 ⇒ 淨蓮庵(一本杉庵) ⇒ 左右内集落 ⇒ 12番焼山寺 ⇒ 鍋岩 … お宿 *超ハードな一日です	神山町地区
《5日目》 鮎喰川に添って歩きます。ややハードな一日です 歩行距離=約20km 宿発 … 鍋岩 ⇒ 玉ヶ峠 → 行者野橋 → 休憩所 → 13番大日寺 → お宿	徳島市地区
《6日目》 アスファルト車道を歩きます 歩行距離=約17km 宿発 → 14番常楽寺 → 15番国分寺 → 16番觀音寺 → 17番井戸寺 → 眉山山麓駅前 → お宿	徳島市地区
《7日目》 アスファルト車道を歩きます 歩行距離=約21km 宿発 → 勝浦川大橋 → 18番恩山寺 → 平安の道 → お京塚 → 19番立江寺 → 沼江 … お宿	勝浦町地区
《8日目》 遍路ころがしをニヶ所越えてゆきます 歩行距離=約19km 宿発 … 沼江 →⇒ 20番鶴林寺 ⇒→ 水井橋 →⇒ 21番太龍寺・舍心ヶ嶽 ⇒→ 阿瀬比地区 … お宿 *超ハードな一日です	阿南市地区

頑張らない・ゆっくり「I コース」行程表

企画案 2/2

様

コース名: I (9泊10日) 頑張らない・ゆっくり阿波一国ツアーチ	
最小催行人数: 1名／一組 (Max.2名) 旅行日: 前泊日 0 ~ 最終日 0	
概略: 鳴門市を発し、1番靈山寺～23番薬王寺(23ヶ寺)を参拝、美波町までの歩き遍路。歩行距離=約163km	
歩き経路・参拝札所・歩行予定概算距離(km)等	宿泊予定地区
《9日目》 幾つかの峠を越えて歩きます 宿発 → 阿瀬比 → 大根峠 ⇒→ 22番平等寺 → 福井峠 → 由岐坂峠 → 木岐 → 山座峠 … お宿 ハードな一日です	美波町地区
《10日目》 阿波一国区切り打ちます 宿発 … 山座峠 ⇒→ 大浜海岸 → 23番薬王寺 【参拝後 解散】 歩行累計=約 163km	解散・自由行動
記号説明: →は「遍路道又は車道」、⇒は「遍路ころがし」の意 ○23番薬王寺参拝後に解散します。解散後は自由行動となります ○JR日和佐駅(0.5km、徒歩7分、牟岐線)に繋がり、徳島駅にも向かえます ○24番最御崎寺まで76km、二日半の旅程です	

※ 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