

北・山の辺の道マラニック タイム・テーブル

日程 平成18年9月3日(日)
 コース 近鉄天理駅～白川ダム～弘仁寺～白毫寺～奈良公園～興福院～不退寺～コナベ池～平城宮(～近鉄大和西大寺駅)

所要	着	発	場所	電車乗り換え案内	備考(待ち合わせ場所)
阪急組					
0:13	7:05	6:52	阪急塚田駅発	神戸線梅田行き普通	大阪行きホーム中央待合室付近
			阪急梅田駅着	JR環状線外回りに乗換	2階中央改札口出たところ成城石井前
0:15	7:39	7:24	JR大阪駅発	JR環状線外回り(JR組と合流)	環状線ホーム中央キオスク付近
			JR鶴橋駅着	近鉄線へ乗換	鶴橋まで170円
JR組					
0:07	7:17	7:10	JR尼崎駅発	JR宝塚線大阪行き各停	立化から米られる方は、
0:15	7:39	7:24	JR大阪駅着・発	JR環状線外回りに乗換(阪急組と合流)	7:05(立花発)→7:16(大阪着)で大阪駅で合流してください。
			JR鶴橋駅着	近鉄線へ乗換	鶴橋まで290円
近鉄					
0:26	8:15	7:49	近鉄鶴橋駅発	奈良線奈良行き快速急行	JR-近鉄改札口、近鉄側売店前付近
			近鉄大和西大寺駅着		天理まで610円
0:26	8:44	8:18	近鉄大和西大寺駅発	橿原線天理行き普通	
			近鉄天理駅着		

距離	所要	着	滞在	発	場所	自販機	WC	紙	備考(リタイアポイント)
集合	区間距離	所要時間	着	滞在時間	8:45	近鉄天理駅	○	◎	改札を出たところで集合します
出発	0.0				8:55	コンビニ	○		
2.6 km	2.6	0:25	9:40		9:15	田井庄池公園		◎	荷物は持ったまま走ります。昼食も持参してください。
4.2 km	1.6	0:15	9:55		9:40	県道51号出合		◎	広い歩道をひたすらまっすぐ走ります！
5.3 km	1.1	0:15	10:10	0:10	9:55	国道25号線	○		高架をぐぐります
6.8 km	1.5	0:15	10:35		10:20	白川ダム		◎	ダム湖の周りを半周♪景色きれいです。
8.1 km	1.3	0:15	10:50		10:35	弘仁寺		◎	閑静な佇まいの落ちついたお寺です。
9.7 km	1.6	0:15	11:05	0:05	10:50	精華学院			
12.8 km	3.1	0:35	11:45		11:10	円照寺	○		きれいな参道です。
14.2 km	1.4	0:20	12:05		11:45	八坂神社			
14.7 km	0.5	0:05	12:10	0:05	12:05	白毫寺			ちょっと登りがしんどい～？
15.2 km	0.5	0:05	12:20		12:15	東山緑地		◎	公園の大きい版(^_^);
16.2 km	1.0	0:10	12:30	0:35	12:20	鏡神社	○		奈良シリーズではおなじみの通り？
19.2 km	3.0	0:30	13:35		13:05	鷺池		◎	奈良公園にもこんな落ち着いた場所があるんです(^_^)
21.4 km	2.2	0:20	13:55		13:35	興福院			「奈良歴史の道」を走ります。
22.9 km	1.5	0:15	14:10	0:10	13:55	コナベ池	○		今回は南側の道をショートカットで・・・
					14:20	平城宮跡資料館	○	◎	ひろ～い平城宮を存分に駆け抜けましょう！
積算タイム	4:00		1:05		※平均ペース(分/km) 10:29				
	1.0	0:10	14:30	1:00	15:30	奈良簡易保険保養センター			天然温泉(平城宮温泉)あり(きれいです)
		0:20	15:50		15:50	近鉄大和西大寺駅			石鹸、シャンプー、ドライヤーあります。タオルは各自ご持参ください。

総所要時間 **5 時間 5 分**

◎は水洗トイレ、○簡易トイレ又は非水洗トイレ、×はトイレなし、?は有無不明

交通 帰り:近鉄大和西大寺駅→近鉄鶴橋=JR鶴橋→JR大阪(=阪急梅田)→

※予定時間より多少早く到着すると思います。また、状況により昼食場所や休憩時間などが予定と異なることがあります。予めご了承ください。