

参加要項

旅行名		しまなみ海道チャレンジ～自転車で70kmの旅～						
旅行期間		2026年 3月30日(月) ～ 4月2日(木) 3泊4日						
旅行代金		【新神戸駅集合】70,000円(税込) 【芦屋集合】71,000円(税込) 【京都集合】72,000円(税込) 【自転車レンタル】12,000円/4日間 ※中学生料金あり		集合解散		集合	解散	
参加対象		小学4年生～中学3年生		<input type="checkbox"/> 新神戸駅 <input type="checkbox"/> JR芦屋駅 <input type="checkbox"/> 京都駅八条口		8:50	なし 16:00 16:15	
*日	月日	スケジュール		食事		活動場所		
		朝	昼	晩		宿泊		
1日目	3月30日(月)	08:20 京都駅 集合 08:47 京都駅 発(新幹線のぞみ)			○	○		
		08:00 JR芦屋駅 集合						
		08:18 JR芦屋駅 発 08:29 三ノ宮駅 着						
		08:40 三宮駅 発(神戸市営) 08:42 新神戸駅 着						
		8:50 新神戸駅 集合(2階 観光案内所前 改札口)						
		09:15 新神戸駅 発(新幹線のぞみ)						
		10:03 福山駅 着 10:17 JR福山駅 発						
		10:36 尾道駅 着						
		自転車サイズ合わせ>出発準備>昼食						尾道駅
		しまなみ海道ライドスタート(約10kmをライド)						しまなみ海道in
>民宿布刈 到着						向島>因島	民宿布刈	
>お風呂>夕食(提供)>ふりかえり								
2日に向けた計画を立てる>就寝							宿泊	
2日目	3月31日(火)	起床>朝食(提供)		○	○	○	民宿布刈	
		>出発>しまなみ海道走る(約30km)					因島>生口島>大三島>伯方島	
		途中、お昼ご飯(自分で決める) 多々羅キャンプ場到着						
		>夕食(提供)>お風呂>ふりかえり						民宿うずしお
3日に向けた計画を立てる>就寝						宿泊		
3日目	4月1日(水)	起床>朝食(提供)		○	○	○	民宿うずしお	
		>出発>しまなみ海道走る(約30km)					伯方島>大島>今治城	
		途中、お昼ご飯(自分で決める) >今治城ゴール						
		18:00 夕食						オレンジフェリー
		19:50 今治営業所 発(バス) 20:54 東予港 着						
		船内にて、お風呂、振り返り 22:00 東予港 発(フェリー) >就寝(船内泊)						船内泊
4日目	4月2日(木)	起床>朝食(提供)>大坂南港着		○	○		オレンジフェリー	
		8:00 大坂南港出発(約25km)					大坂南港	
		>途中、渡船にも乗ってゴールを目指します。						
		11:00 舞洲アーバンアウトドアベース 着						
		>昼食(提供)>ふりかえり						
		14:34 舞洲東 発(バス) 14:47 桜島駅 着						
		15:05 桜島駅 発(JR) 15:12/18 西九条駅 乗換 15:22/15:30 大坂駅 乗換						
		15:43 芦屋駅 着 16:00 JR芦屋駅 解散 15:59 京都駅 着 16:15 京都駅八条口 解散						
持ち物	<大きなカバン> <input type="checkbox"/> 着替え(3日分+予備) <input type="checkbox"/> ハンカチ・ティッシュ <input type="checkbox"/> 寝間着(ジャージなど) <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> タオル(小タオル4枚ほど) <input type="checkbox"/> ふでばこ <input type="checkbox"/> ビニール袋(大小) <input type="checkbox"/> ヘルメット(自分の自転車ヘルメットをお持ちの方) <input type="checkbox"/> お風呂セット <input type="checkbox"/> 歯磨きセット <input type="checkbox"/> 懐中電灯		<小さいリュック> <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> 日焼け止め(必要な方) <input type="checkbox"/> カップ(上下別のもの) <input type="checkbox"/> 腕時計(高価ではないもの) <input type="checkbox"/> しおり <input type="checkbox"/> 汗拭きタオル <input type="checkbox"/> サングラス(高価ではないもの) <input type="checkbox"/> グローブ(自転車用グローブが好ましいですが、作業用手袋や革手でも可) <input type="checkbox"/> お土産代 (2,500円まで、お財布などに入れて持参)					
	報告フォトアルバム		当日の連絡先					
お子様向けのしおりと一緒に案内をお送りいたします。		080-2511-5556 (担当:池田)						
雨天時		服装について						
【小雨の場合】小雨の場合はレインウェアを着ての活動となります。その際プログラムを多少変更する場合があります。 【荒天の場合】安全な実施が困難だと判断した場合は、中止または順延とする可能性があります。		日焼け防止と転倒時の怪我軽減のため露出を控えつつ暑すぎない格好が好ましいです。以下のパターンを参考にしてください。 わからないことあれば公式LINEでご質問ください！						
【直前のプログラムの変更などに関して】 https://nots-west.com/news/uten-west/ ※公式LINEトーク下「実施状況」からもご確認ください		▼自転車漕ぐ時の格好						
上半身	パターン①		半袖速乾Tシャツ&アームカバー					
	パターン②		長袖インナー&半袖速乾Tシャツ					
	パターン③		薄手の長袖or羽織れる長袖					
下半身	パターン①		長ズボン					
	パターン②		スポーツタイツやスパッツ&半ズボン					
靴		履き慣れた運動靴						