

2014年12月13日(土)

六甲山地 有馬温泉

単独行

コース距離 : 11.7km

所要時間 : 4時間22分(休憩含む)

コースタイム: 芦屋川駅8:10 8:38高座の滝 9:19風吹き岩 10:03雨ヶ峠
11:10一軒茶屋(食事) 11:22 12:18有馬稲荷 12:31金の湯

山行軌跡 と 行程グラフ



山行記:

8時に阪急芦屋川に到着、晴れているが気温は低く風が強く吹いている。

山シャツだけ脱いでジャケットは着て8時10分歩き出す。

今日は腰周りのどこか神経がすれて腰から左足に痺れがあり歩けるかどうかと雪山用に購入した靴の履き馴らしを兼ねての山歩き。

歩き出し靴の重量は重く硬さもあり歩きにくい右足内側のくるぶしに圧迫感が出てくる。

ロックガーデンに入り靴底が硬いのがよく判る、右足くるぶしが痛くなってきた、足の痺れは取れてきないが歩幅を広く取ると痛みが出てくる。

ロックガーデンを抜ける手前で暑くなってきたのでジャケットを脱ぐ、風を受けると寒い。

風吹き岩で水分補給して休まず歩き続ける、右足の靴紐を少し緩めるがくるぶしの痛さは続く。

10時3分雨ヶ峠に着く汗を拭き水分補給して歩き出す、右足内側のくるぶしの痛みは続くが歩けなくはない。

今日は食事の買付けはしていなく有馬まで歩き続けるつもりであったが七曲りを歩いている間に空腹感が出てきた、11時10分に一軒茶屋着き「きつねうどん」を所望する。

11時22分最高峰には寄らずに魚屋道を下る、12時18分有馬稲荷に到着。

左足のしびれは取れないまま又くるぶしは痛い歩き通す事が出来た。

金の湯に立ち寄り汗を流すのと腰を暖めて帰途に着く。



ロックガーデン上より大阪湾

