



令和6年度まつそのスポーツクラブアウトドアプログラム  
まつスポコミュニティ Bus で行く



# 「みちのく潮風トレイルウォーキング全6コース」

ウォーキングガイド:まつそのスポーツクラブ 板垣 敬重

## 第1回:令和6年5月24日(金)

ルート:八戸市蕪島～種差海岸 約9km

参加費:5,000円(交通費込み)※まつスポ会員 3,500円  
起伏のある岩礁から白砂青松まで、変化に富んだ絶景をもつ種差海岸を巡るルート 別途:ワンコインバスうみねこ号 100円

## 第2回:令和6年6月21日(金)

ルート:階上駅～洋野町種市駅 約10km

参加費:5,000円(交通費込み)※まつスポ会員 3,500円  
階上町からウニ・アワビ・ホヤで有名な洋野町を歩く海岸美なフラットなルート。帰途は八戸線に乗車 別途:八戸線種市→階上 210円

## 第3回:令和6年7月19日(金)

ルート:北山崎～机浜番屋群 約8km

参加費:4,500円(交通費込み)※まつスポ会員 3,000円  
波際、急斜面のアップダウン、静かな森、真っ暗な手掘りのトンネルと、みちのく潮風トレイルでも冒険いっぱいルート

## 第4回:令和6年9月6日(金)

ルート:摂待駅～岩泉小本駅 約8km

参加費:4,500円(交通費込み)※まつスポ会員 3,000円  
摂待駅から海岸沿いの美しい茂師海岸を目指し、茂師竜化石産地、熊の鼻展望所を通る文化や暮らしを垣間見るルート

## 第5回:令和6年10月4日(金)

ルート:甫嶺駅～恋し浜駅～綾里駅 約10km

参加費:4,500円(交通費込み)※まつスポ会員 3,000円  
綾里駅から甫嶺駅に三鉄移動し、甫嶺駅～恋し浜駅～綾里駅の海が見える標高差180mの軽登山ルート 別途:三鉄綾里→甫嶺 260円

## 第6回:令和6年11月1日(金)

ルート:碁石海岸(末崎半島)周回 約8km

参加費:4,500円(交通費込み)※まつスポ会員 3,000円  
穴通磯、乱曝谷や雷岩の波音など、碁石海岸遊歩道の美しさを堪能できるアップダウンがあるダイナミックなルート



**全6コース制覇特典**  
第6回参加費 2,000円引き  
(一般参加、まつスポ会員共通)

**参加についてお願い**  
10km程度の歩行に不安のある方や、何らかの持病等をお持ちの方は、事前にかかりつけ医等にご相談ください。

**まつそのスポーツクラブ会員年会費**  
一般会員(65歳未満) 6,000円  
シニア会員(65歳以上) 4,000円

**【各回共通】 集合時間 7:20 集合場所 松園中央公園**

**定員 20名 ※最少人員 10名 予約制(先着順)**

※小雨決行、雨具・丈夫なウォーキングシューズ・昼食・水分補給水・タオル等は事前にご用意願います。  
※ノルディック(ポール)ウォーキング参加大歓迎!(ポール貸出可)

お申込み・お問い合わせ (受付開始 4月1日～受付時間:9:30～17:00)

NPO 法人まつそのスポーツクラブ Tel&Fax:019-663-9280 Mail:head@matsuspo.net HP:http://matsuspo.net

【事務局】〒020-0103 岩手県盛岡市西松園3丁目19-4「松園テニスコート」内