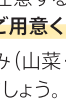
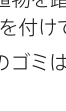
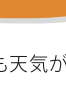


ルールとマナー



トレッキングのルールとマナーについて

- 夏山でも天気が急変し、遭難の危険があります。ルートをはずさないように注意しましょう。
- 貴重な植物を踏みつけないようにしましょう。またストックを使用する場合は先端にキャップを付けて山にやさしいトレッキングを心がけましょう。
- すべてのごみは持ち帰りましょう。また他人が落としたごみを拾うように心がけましょう。
- ハチに注意するほか、熊の出没の可能性があるため、雨具や熊避けの鈴など必要装備をご用意ください。
- 山の恵み（山菜・水の実など）を持ち帰るのはやめてください。また、水を汚さないようにしましょう。
- 事前に下調べを無しして無理のない登山計画をたてましょう。
- 事前には装備をチェックし、体調を万全に整え、十分な準備を心がけましょう。
- 登山道の一部には未整備区間および大雨や雪で荒れている場合があります。
- 携帯電話の不通区間がありますのでご注意ください。

サイクリングのルールとマナーについて

- 交通ルールを遵守（左側走行、車道走行、並走禁止、ヘルメット着用、トンネル内でのライト点灯など）、安全走行に努めましょう。
- 車間距離をとり、前方、後方によく注意して走りましょう。
- 一列走行を厳守してください。
- 自転車はブレーキ、タイヤ空気圧、ギア、反射板などを点検・整備されたものに乗りましょう。
- コースは気象条件や工事などで通行止めとなる場合があります。
- 走行は自己責任ですので、自分の体力と体調をよく見極めて、自分のペースで無理せず走りましょう。
- 一部道路の狭い部分や交通量の多い道路がありますので走行には十分注意してください。

カヌーのルールとマナーについて

- 河原で石を投げてはいけません。
- ゴミを捨てたり河川を汚したりしないことはもちろん、使ったところの清掃などにも心がけましょう。
- ヘルメット、ライフジャケットを着用しましょう。
- 特に大雨でなくても、悪条件下ではカヌーの使用を控えますよう。
- 水温・気温に適したウェアを身につけましょう。水に浸っていたり、濡れた衣服を着用していると低体温症に陥る恐れがあります。
- 使用前に用具を点検し、艇には浮力体を装着しましょう。
- フィールド状況と自分の技量を見極めの上で、万全な体調で挑みましょう。
- 立ち入りが禁止されている場所へは許可なく入らないようにしましょう。

アクティビティ紹介

トレッキング

- トレッキングとは、登頂を目指すことを目的とせず、山の中を歩くことを目的としたアクティビティです。
- 日々の疲れをリフレッシュしたり、景色を楽しみながら樹齢何千年もの樹木や珍しい植物を堪能できたりするところが魅力です。
- 京都中丹エリア一帯は丹波山地に広く覆われており、丹後・丹波の国境にそびえる名山「大江山」や中国宝の光明寺二門がある「君尾山」からは雲海が見られ、自然や文化を満喫することができます。

サイクリング

- サイクリングとは、クロスバイクやロードバイクなどの自転車で移動を楽しむアクティビティです。
- 行きたい場所へ自由に立ち寄れるほか、自然を体感できたり、爽快感を肌で感じられたりすることが魅力です。
- 京都中丹エリアでは、サイクリングロードをブルーラインで標示しており、全域を周遊できるルートとして年間を通して愛好家に親しまれています。

カヌー

- スポーツとしてのカヌーは、19世紀中頃にイギリスで発生し、自然と一体となって自由に舵を操ることができるところが魅力です。現在は釣りやキャンプ、ツーリングなどレクリエーションとして広く親しまれています。
- 京都府北部を流れる由良川では、季節を通して魚類や鳥類の観察を楽しめるほか、紅葉や新緑の景色も堪能できます。

トレッキングの魅力発信中

▲「京都縦貫トレイル」
公式アカウント





新井戸スポーツ・トレイル倶楽部

Check

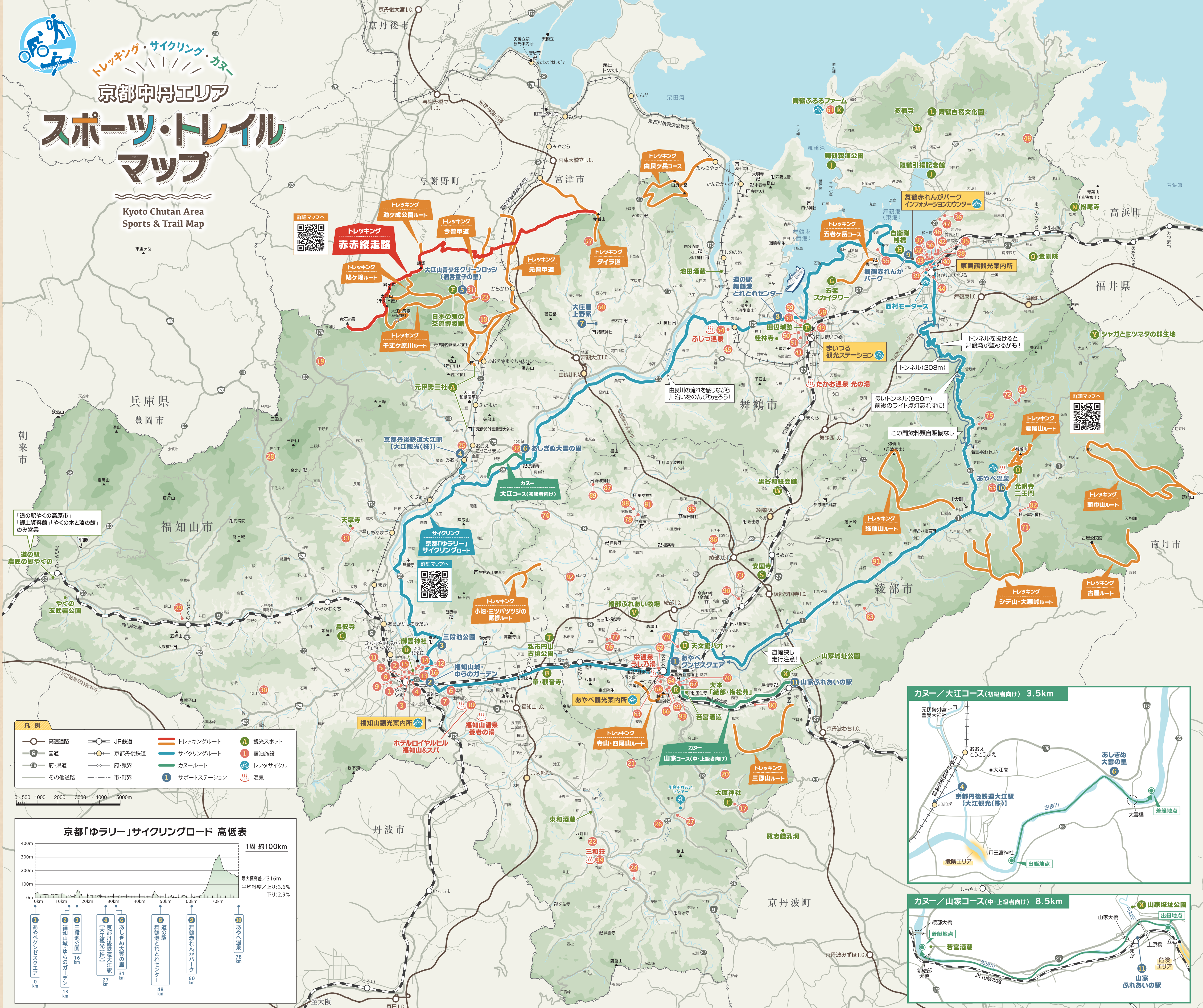


ポートステーションのほかにも休憩スペースやトイレを
 料を利用できる場所として、京都中丹スポーツ・トレイル
 店を設置していますのでぜひご利用ください。協力店
 店頭に右記ステッカーを掲示しています。



スポーツ・トレイル マップ

Kyoto Chutan Area Sports & Trail Map



カヌー／大江コース(初級者向け) 3.5km

元伊勢外宮 豐受大神社

おおいえ こうこうまえ

●大江高

4 京都丹後鉄道大浜駅
【大江観光(株)】

おおいえ

危険エリア

55

178

由良川

6 あしぎぬ大雲の里

大雲橋

大雲川

出艇地点

着艇地点

[illegible]