

超い
たけにょん★

マラニックマップ ～西京の魅力を再発見しよう～



マラニックとは?

マラソンとピクニックを合わせた造語。自然を眺めたり、観光名所や寺社仏閣を巡って、自分のペースで楽しみながら歩いたり走ったりします!

住み慣れた街の景色でも、改めて巡ってみると新しい発見がきっと見つかるはず!
途中で記念撮影したり、お店に立ち寄って食事を楽しんだり、誰でも気軽に楽しめます♪

START!

準備運動してから
走るにょん



二次元コードから
各スポットの動画
を見ることができるよ!
走った気分を味わえるにょん♪

※拝観時間等が変更している場合があります。
詳細はホームページ等でご確認下さい

1 桂川サイクリングロード

京都八幡木津自転車道線
※自転車・歩行者専用道路
◆アクセス (渡月橋右岸)
・阪急「嵐山駅」
下車徒歩約3分
・京福「嵐山駅」
下車徒歩約10分



2 下桂御霊神社

◆アクセス
・阪急「桂駅」
下車徒歩約11分
・市バス「中桂」
下車すぐ



3 榎原廃寺跡史跡公園

◆アクセス
・市バス「三ノ宮街道」
下車徒歩約3分
・市バス「史跡公園前」
下車徒歩約5分



4 天皇の杜古墳

◆アクセス
・阪急「桂駅」下車徒歩約20分
・市バス
/京阪京都交通バス
「国道三ノ宮」下車すぐ



5 浄住寺

◆アクセス
・京都バス「苔寺・すず虫寺」
下車徒歩約5分
・阪急「上桂駅」
下車徒歩約15分
◆拝観時間
9時～17時



6 地蔵院

◆アクセス
・京都バス「苔寺・すず虫寺」
下車徒歩約2分
・阪急「上桂駅」
下車徒歩約12分
◆拝観時間 9時～16時半
◆拝観料 一般大人500円,
小中高生300円



7 鈴虫寺 (華厳寺)

◆アクセス
・京都バス「苔寺・すず虫寺」
下車徒歩約2分
◆拝観時間
9時～17時
◆拝観料
大人500円, 子供300円
※茶菓子付き



8 月読神社

◆アクセス
・阪急「松尾大社駅」
下車徒歩約10分
・市バス「松尾大社前」
下車徒歩約10分



9 松尾大社

◆アクセス
・阪急「松尾大社駅」下車徒歩約3分
・市バス/京都バス
「松尾大社前」下車約3分
◆拝観時間
平日・土曜9時～16時
日曜・祝日9時～16時半



10 法輪寺

◆アクセス
・阪急「嵐山駅」下車徒歩約5分
・京福「嵐山駅」
下車徒歩約10分
・JR「嵯峨嵐山駅」
下車徒歩約20分
◆拝観時間
9時～17時



GOAL!

コース全体の動画は
こちらから↓↓↓

全体版限定の
映像もあるにょん♪



(動画の長さ約15分)

教えて! のこたん!

服装や持ち物は?



リュックの中身は?

- ・飲み物
- ・タオル
- ・お金
- ・地図
- ・携帯電話

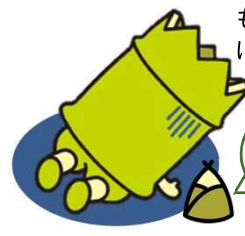
夏は熱中症対策
冬は防寒対策を忘れずに!

着替えは?



いい湯だによ～ん♪

途中でしんどくなった
にょん・・・



もう動けない
にょん・・・

旅の終わりは自分で決めるのさ

動きやすい服、走りやすい靴。
荷物を入れるリュックやウエスト
ポーチがあると便利だよ!



⚠ 地図や携帯電話を確認
する時は立ち止まろう

ランナー向けにロッカーやシャ
ワーを備えたカフェもあるよ!
日帰り温泉や銭湯に立ち寄るの
もいいね☆



⚠ お店等を利用する際は汗対
策をして周りに配慮しよう

楽しむのがマラニック!
無理はせずに、電車やバ
スを利用しよう。



⚠ もしもに備えてお金を
用意しておこう!