

羽田空港発
1泊2日 熊野古道 仏坂、長井坂コース

所要時間：1日目7時間15分、2日目8時間

◀ 飛行機のフライト時刻、
空港連絡バスの情報は
こちら

1日目

9:35 JR白浜駅スタート

徒歩で15分

1 9:50着 聖福寺 10:00発

徒歩で10分

2 10:10着 パン・オ・トゥクル
Pain au Tukor 10:20発ランチ
調達

徒歩で35分

3 10:55着 JR紀伊富田駅

電車で移動



紀伊富田駅から紀伊日置駅を検索！

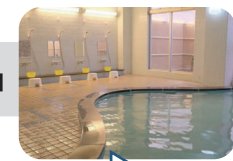
4 11:15着 JR紀伊日置駅

徒歩で1時間30分

5 12:45着 安居の渡し 13:00発

※要予約
下記番号へショートメールで送信
安居の渡し保存会:080-2500-3223

世界遺産仏坂ウォーク

徒歩で3時間50分
※休憩30分含む

美人の湯で疲れを癒して

このエリアのガイド

大辺路長井坂クラブ
TEL.0739-55-3037 (周参見公民館)

2日目

8:50 サンセットすさみスタート

徒歩で10分

7 9:00着 萬福寺 10:00発

写経、座禅体験
※要予約※体験希望日の前日午前中までに
要予約
TEL:0739-55-2159

徒歩で5分

ランチ調達



8 10:05着 フレッシュベーカーリー福寿堂 10:15発

徒歩で2時間
※休憩10分含むプレミアム
カスタードパンが
大人気

9 12:15着 長井坂西登り口(和深川登り口) 12:20発

世界遺産長井坂ウォーク

徒歩で2時間30分
※ランチ休憩15分含む

10 14:50着 JR見老津駅 14:55発

徒歩で45分

11 15:40着 天然温泉 望海のゆ 16:40発

徒歩で10分

絶景の
天然温泉

12 16:50着 すさみマリOTTバス停

直行バスで熊野白浜リゾート空港へ

熊野古道を歩かれる方へ



発行年月:令和8年1月 ※出発前に最新の情報をご確認ください。

みなべ町

南紀田辺 IC

田辺市

JR紀伊田辺駅

JR紀伊新庄駅

上富田 IC

JR朝来駅

上富田町

熊野白浜リゾート空港

JR白浜駅

JR紀伊富田駅

JR椿駅

白浜町

JR紀伊日置駅

日置川 IC

すさみ町

すさみ IC

JR周参見駅

すさみ南 IC

JR見老津駅

JR江住駅

古座川町

おおへち
大辺路
モデルコース麻莉亜さん
おすすめ！公共交通機関と徒歩で完結する、
熊野古道・まち歩き・体験・グルメなど、
南紀エリアを安全に満喫できるモデルコースです

麻莉亜さんプロフィール

岐阜県出身。YouTubeチャ
ネル登録者数23.7万人。単
独行で日本アルプスから低山ま
で全国のような山を歩く。◀ YouTubeはこちら
【熊野古道大辺路】
50キロを歩いてきた！
田辺～すさみ

instagram

知らないオドロキが色々
聖地リゾート!!!!
和歌山

発行 南紀エリア観光推進実行委員会

〒646-8580 和歌山県田辺市朝日ヶ丘23-1(西牟婁振興局地域づくり部地域づくり課内)

TEL.0739-26-7910 FAX.0739-26-7917

Plan
A

田辺サイクリングコース

所要時間:4時間40分+JR紀伊田辺周辺散策

※自転車で熊野古道は走れません。

自宅から
紀伊田辺駅を
検索！

10:10 JR紀伊田辺駅スタート

※E-bikeをKMICHでレンタル ※要予約

E-bikeで15分

1 10:25着 高山寺 10:55発

E-bikeで20分

ランチ、
スイーツ作り体験

2 11:15着 秋津野ガルテン 12:30発

E-bikeで10分

産直市場で
お土産を調達！

3 12:40着 紀菜柑 13:00発

E-bikeで10分

4 13:10着 Re-barrack(雑貨店) 13:30発

E-bikeで15分

雑貨店で休憩も兼ねて
ショッピング

5 13:45着 天神崎 14:05発

E-bikeで20分

6 14:25着 扇ヶ浜 14:45発

E-bikeで5分

14:50着 JR紀伊田辺駅 ※E-bike返却

帰りの特急くろしおの時刻まで田辺市内を散策

散策情報は
こちら

間難神社

E-bikeのレンタルとガイド

上富田サイクルステーション KMICH (クミッチ)
(9時~15時まで利用可能 ※15時までに返却の必要あり)Plan
B

熊野古道 富田川コース

所要時間:4時間20分

自宅から
朝来駅を検索！

11:00 JR朝来駅スタート

徒歩で0分

用心棒(杖)づくり体験
※要予約

1 11:00着 口熊野かみとんだ観光案内所 11:29発

徒歩で1分

地元民御用達！
上豚ライス

2 11:30着 獅子林 12:30発

徒歩で30分

3 13:00着 山王橋 13:10発

徒歩で30分

4 13:40着 保呂の虫喰い岩 ジオサイト 13:50発

徒歩で45分

5 14:35着 日神社 14:45発

徒歩で15分

6 15:00着 Aコープあぜみち 15:15発

徒歩で5分

地域に愛される
JAのスーパーでおやつを調達！

15:20着 JR紀伊富田駅

このエリアのガイドと用心棒(杖)づくり体験の予約

口熊野かみとんだガイドの会
TEL.0739-34-3115 (上富田町産業振興・文化交流館)Plan
C熊野古道
富田坂、仏坂コース所要時間:1日目 約6時間25分
2日目 約7時間20分自宅から
白浜駅を検索！

1日目

10:15 JR白浜駅スタート

徒歩で15分

1 10:30着 パン・オ・トゥクル Pain au Tukor 10:40発

徒歩で40分

2 11:20着 日神社 11:35発

徒歩で20分

3 11:55着 草堂寺 12:10発

徒歩で4時間30分
※休憩30分含む

4 16:40着 ペンション風里で宿泊

地元食材を使った
ボリューム満点の
夕食を楽しめる！

2日目

8:50 ペンション風里スタート

徒歩で10分

5 9:00着 安居の渡し 9:15発

※要予約
下記番号へショートメールで送信
安居の渡し保存会:080-2500-3223

世界遺産仏坂ウォーク

徒歩で3時間30分
※休憩20分含む

6 12:45着 JR周参見駅周辺でランチ 14:00発

徒歩で10分

7 14:10着 フロント110 16:00発

徒歩で10分

サップやカヤックなど
体験ができる！
※要予約

16:10着 JR周参見駅

このエリアのガイド

トレッカーズ道祖人 TEL.090-7341-9367
大辺路長井坂クラブ TEL.0739-55-3037 (周参見公民館)Plan
D

熊野古道 長井坂コース

所要時間:7時間15分

自宅から
周参見駅を
検索！

10:40 JR周参見駅スタート

徒歩で5分

1 10:45着 フレッシュベーカリー福寿堂 10:55発

徒歩で2時間
※ランチ休憩10分含む

2 12:55着 長井坂西登り口(和深川登り口) 13:00発

徒歩で2時間30分
※休憩15分含む

3 15:30着 JR見老津駅 15:35発

徒歩で45分

4 16:20着 エビとカニの水族館 17:00発

徒歩で5分

5 17:05着 天然温泉 望海のゆ 18:20発

徒歩で15分

18:35着 JR江住駅

このエリアのガイド

大辺路長井坂クラブ
TEL.0739-55-3037 (周参見公民館)