

Plan E

# 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



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

6 16:50着 サンセットすさみで宿泊



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

8 10:05着 フレッシュベーカリー福寿堂 10:15発

ランチ調達

徒歩で2時間  
※休憩10分含む



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



12 16:50着 すさみリゾートバス停

直行バスで熊野白浜リゾート空港へ

みなべ町



# 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チャンネル登録者数23.7万人。単独行で日本アルプスから低山まで全国の様々な山を歩く。

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

参詣道安心情報  
街道マップ



世界遺産・熊野古道の  
基本ルールと心構え



日本語

Kumano Kodo  
Rules & Etiquette



English

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。

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

instagram



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

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



関難神社

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

ランチ調達

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

世界遺産富田坂ウォーク

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 フレッシュベーカーリー福寿堂 10:55発

ランチ調達

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

世界遺産長井坂ウォーク

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

※最終入場16:20  
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

絶景の  
天然温泉!

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)