熊野古道
三人同行攻略

2026年12月3日—12月8日 · 更新11月1日

12/4滝尻起步，经近露、本宫、川汤、小口、那智山，12/8沿海到新宫。12/6早晨去汤之峰补章。

沿线37印；1–3、24号另行安排。全册41印齐全后领证。

行程总览

Day0 12-03 竹ノ塚 → 田辺駅前（次晨）

无徒步安排；夜巴约10小时50分；0印。

Day1 12-04 滝尻王子 → 近露王子

约13.3 km；约6–8小时；8印。

Day2 12-05 近露王子 → 熊野本宮大社

约24.5 km；约9–12小时；11印。

Day3 12-06 請川小雲取越登山口 → 小口村 / 小口自然の家一带

约13 km；约4.5–6小时，午餐和盖章另计；5印。

Day4 12-07 小口大雲取越登山口 → 青岸渡寺 / 熊野那智大社

约14 km；约7–9小时，参拜另计；4印。

Day5 12-08 大門坂站 / 大門坂茶屋 → 新宮站前观光案内中心

全日约9–11 km（地图估算）；步行约3–4小时，含候车参拜约8小时；9印。

住宿

12-04 民宿なかの

¥5,500 / 人 · 待确认。纯住宿；晚饭、次日早餐和路餐自备。

入住 15:30 - 18:00；退房 9:00。共用浴室轮流使用，约20:00结束；洗衣免费，洗剂自备，无烘干机。

〒646-1402 和歌山県田辺市中辺路町近露2140-1；0739-65-0317

12-05 民宿すみ家

¥15,750 / 人 · 已付款。晚餐 + 早餐 + 便当待确认；次晨06:30取外带早餐和便当。

入住 15:00–18:00；退房 10:00。共用温泉可锁门包场，使用时段需确认。

〒647-1717 和歌山県田辺市本宮町川湯1429；0735-42-0097

12-06 小口自然の家

¥10,500 / 人 · 已付款。晚餐 + 早餐 + 次日便当；06:00早餐与取便当需确认。

入住 15:00 - 17:30；退房 9:00。1间和室；洗衣机和洗剂免费，烘干¥100 / 60分钟。

〒647-1201 和歌山県新宮市熊野川町上長井398；0735-45-2434

12-07 WhyKumano UNWINED

¥9,450 / 人 · 已付款。纯住宿；晚饭、次日早餐自理。

入住 16:00–20:00；退房 06:00–10:00。整套独享，住宿在2楼，楼梯陡窄；不可退款、不能改日期。钥匙领取方式待确认。

〒649-5335 和歌山県東牟婁郡那智勝浦町築地4-1-1 2階；+81-50-3645-2706

四晚住宿¥41,200 / 人；已付¥35,700 / 人。三人合计¥123,600，12/4住宿待确认。交通、外食另计。

Day0 · 12-03

竹ノ塚 → 田辺駅前（次晨）

竹ノ塚 → 上野 → 池袋駅東口 → 田辺駅前

18:00–19:00 晚饭、采购次日早餐 / 路餐，检查装备

东京出发1人；早餐、路餐、印册及头灯放随身包。

19:00左右出发 竹ノ塚 → 上野 → 池袋

日比谷线到上野，换山手线内回り至池袋；约50分钟，换乘1次。 车站间约50分钟

20:10–20:30 池袋东口候车、核对站位

按车票确认站牌，提前候车。

20:40–翌07:30 ホワイトビーチシャトル：池袋駅東口 → 田辺駅前

11/3 10:00开售，尚未购票。 约10小时50分

池袋候车点：西武高速バス池袋チケットセンター附近，按车票确认站位；候车区及洗脸处营业至22:00。

Day1 · 12-04

滝尻王子 → 近露王子

滝尻王子 → 不寝王子 → 高原熊野神社 → 大門王子 → 十丈王子 → 上多和茶屋跡 → 大坂本王子 → 牛馬童子 → 近露王子

07:30 夜巴抵达田辺駅前

取行李后准备转乘08:30公交。

07:30–08:10 早餐、厕所、整理登山包

吃早餐，备好当天路餐和水。

08:10–08:25 紀伊田辺駅2号站台候车

2号站台，往本宫方向。

08:30–09:08 紀伊田辺駅 → 滝尻

¥970 / 人；下车后过桥到滝尻王子。 公交38分钟

备用 · 08:37–09:15 备用公交：紀伊田辺駅 → 滝尻

错过08:30班可乘此车。

09:08–09:20 滝尻站 → 滝尻王子，盖章后准备登山

先盖4号章，再上山。 步行约2分钟，另留盖章 / 整理时间

09:20–11:40 滝尻王子 → 不寝王子 → 高原熊野神社

开头陡坡较多，高原可休息并评估体力。 约4公里；官方2–3小时

11:40–12:00 高原短休、简餐、核对后段进度

若需退出，可下行至栗栖川乘公交，详见退路表。

12:00–15:40 高原 → 大門王子 → 十丈王子 → 大坂本王子 → 牛馬童子口

依次盖7、8、9号章。 约8公里

15:40–16:25 牛馬童子口 → 箸折峠 / 牛馬童子 → 近露王子

经牛馬童子盖10号章，再到近露盖11号章。 约1.3公里；步行约30分钟，另留押印时间

16:25–17:00 近露采购晚饭、Day2早餐和路餐

买晚饭、Day2早餐及全天路餐；Aコープ18:00关门。

17:00–17:30 民宿なかの入住

18:00前入住；提前约定次晨05:20离店及还钥匙。

17:30–19:30 自备晚饭、洗澡、整理衣物

浴室轮流使用，约20:00结束。

19:30–20:30 核对8印，备好头灯、早饭与水，早点休息

核对4–11号章；备好次日早餐、路餐、水和头灯。

Aコープ：08:30–18:00，近露1794-1；到村后买齐晚饭、次日早餐和全天路餐。

盖章 · 8处

□ 4 滝尻王子 09:08–09:20（预计）

滝尻王子境内、上山登口附近的印台；从巴士站过桥到神社一侧寻找。 先在神社盖章，再开始上山；熊野古道館在河对侧。

□ 5 不寝王子 09:20–11:40（预计）

滝尻至高原的上坡山径旁，不寝王子跡小空地的印箱。 经过胎内くぐり、乳岩后，留意不寝王子跡标识。

□ 6 高原熊野神社 09:20–11:40（预计）

高原村的熊野神社境内；官方图橙色印记在神社旁。 神社盖章后再去休憩所；从高原撤退时也先核对本章。

□ 7 大門王子 12:00–15:40（预计）

离开高原后，山林主线上的大門王子跡附近印箱。 沿近露方向主线寻找王子跡标识。

□ 8 十丈王子 12:00–15:40（预计）

十丈王子跡的休憩空地、王子标识附近。 可与途中休息合并，在十丈王子跡核对章名。

□ 9 大坂本王子 12:00–15:40（预计）

越过上多和茶屋跡后下降至谷地，大坂本王子跡一带印箱。 印点位于国道311和道の駅之前的山段。

□ 10 牛馬童子 15:40–16:25（预计）

牛馬童子口对面上山，经箸折峠到牛馬童子像旁的印台。 从牛馬童子口翻过箸折峠，在像旁盖章，再下行至近露。

□ 11 近露王子 15:40–16:25（预计）

近露村内、日置川桥附近的近露王子境内印台。 离开前核对4–11号章；至なかの约再走10分钟。

Day2 · 12-05

近露王子 → 熊野本宮大社

近露 → 継桜王子 / 秀衡桜 → 小広峠 → わらじ峠 → 仲人茶屋跡 → 岩神王子 → 蛇形地蔵 → 湯川王子 → 三越峠 → 猪鼻王子 → 発心門王子 → 水呑王子 → 伏拝王子 → 三軒茶屋跡 → 祓殿王子 → 本宮大社

04:40–05:20 起床、吃自备早餐、收拾退房

吃自备早餐，带好全天路餐、水和头灯。

05:20–05:30 なかの → 近露古道起点

晨间村道使用头灯。

05:30–06:45 近露 → 継桜王子 / 秀衡桜一帯

沿旧道经野中前往継桜王子。 约4公里

06:45–07:00 継桜王子、秀衡桜盖章

盖12、13号章。

07:00–08:00 継桜一帯 → 小広峠 / わらじ峠入口

入山前检查体力；至発心門山段无常规公交。 约3公里，地图估计

08:00–11:00 わらじ峠 → 仲人茶屋跡 → 岩神王子 → 蛇形地蔵

按路标走开放路线，盖14号章。

11:00–11:15 蛇形地蔵附近短休、简餐

吃随身简餐，休息地点随进度调整。

11:15–13:00 湯川王子 → 三越峠 → 猪鼻王子 → 発心門王子

盖15–17号章；争取13:00到発心門。此段安排较紧。 継桜至発心門整段约13.5公里

13:00–15:20 発心門 → 水呑 → 伏拝 → 三軒茶屋 → 祓殿 → 本宮大社

盖18–20号章；若13:00后才到発心門，重新评估末段用时。 约7–7.5公里；官方2–3小时

15:20–15:40 熊野本宮大社参拜、押印

参拜并盖21号章。

15:40–16:05 大斎原往返、押印

往返大斎原，盖22号章。 本宫至大斎原单程约10分钟

16:05–16:15 本宫大社前候车

16:15前到站候车。

16:23–16:44 奈良交通301：本宫大社前 → 川湯温泉

奈良交通301；下车后步行至すみ家，预留10–15分钟。

备用 · 16:40–16:51 备用龍神80：本宫大社前 → 川湯温泉

龍神80，备用车。

16:45–17:15 川汤站牌 → 民宿すみ家，办理入住

18:00前入住。

入住后–20:30 晚餐、温泉、整理次日装备

吃晚饭、泡汤；核对12–22号章，准备次晨早出。

本宫至大斎原往返另约1–1.5公里。全天徒步较长，13:00到発心門为进度检查点。

盖章 · 11处

□ 12 継桜王子 06:45–07:00（预计）

野中杉林内的継桜王子境内，沿石阶进王子参拜区。 王子位于野中杉林内，沿石阶进入参拜区。

□ 13 秀衡桜 06:45–07:00（预计）

継桜王子往本宫方向稍东侧，秀衡桜遗迹 / 标识旁印箱。 与継桜王子分别盖章，离开野中前核对两格。

□ 14 蛇形地蔵 08:00–11:00（预计）

越过岩神王子后，溪流小桥旁蛇形地蔵所在的路侧印箱。 印点在山段地藏处；从国道的道湯川橋站仍需步行进入古道。

□ 15 湯川王子 11:15–13:00（预计）

蛇形地蔵之后、三越峠之前的湯川王子跡及其印台。 留意溪流山段路侧的湯川王子标识。

□ 16 猪鼻王子 11:15–13:00（预计）

三越峠下降后，船玉神社 / 赤木越分岔附近的猪鼻王子印点。 经过赤木越分岔后，继续往発心門、本宫方向。

□ 17 発心門王子 11:15–13:00（预计）

発心門王子神社、石阶和王子标识附近印台。 先在神社盖章；休憩所公交站在其东侧约300米。

□ 18 水呑王子 13:00–15:20（预计）

発心門之后，沿村落铺装路到水呑王子跡的路侧印台。 从発心門继续步行到本宫，沿途完成18–20号章。

□ 19 伏拝王子 13:00–15:20（预计）

伏拝村的王子跡、观景 / 休憩区旁印台。 可远望本宫方向，盖章后经三軒茶屋继续。

□ 20 祓殿王子 13:00–15:20（预计）

古道最后一段下行、进入本宫大社区域之前的祓殿王子跡。 在进入本宫大社前的古道路侧寻找王子标识。

□ 21 熊野本宫大社 15:20–15:40（预计）

熊野本宫大社境内的巡礼纪念印台；先依现场“スタンプ”标识寻找，找不到即询问札所 / 社务所。 在境内按纪念印台标识寻找；找不到时向社务所询问。参拜时间08:00–17:00。

□ 22 旧社地大斎原 15:40–16:05（预计）

从本宫步行约10分钟到大斎原旧社地区，在旧社地入口一带依印台指示寻找。 从本宫步行约10分钟到旧社地，按入口印台指示寻找。

Day3 · 12-06

請川小雲取越登山口 → 小口村 / 小口自然の家一帯

請川 → 松畑茶屋跡 → 百間ぐら → 林道交差点 → 石堂茶屋跡 → 桜峠 → 桜茶屋跡 → 小和瀬渡し場跡 → 小口

06:00–06:30 すみ家起床、收拾；取外带早餐与午餐便当并退房

06:30取餐需提前确认；06:35离店。

06:35–06:45 步行往川湯温泉站候车

步行与候车预留10–15分钟。

06:53–07:03 奈良交通302：川湯温泉 → 湯の峰温泉

奈良交通302；¥250 / 人。

07:05–07:40 湯峯王子往返、补23号章

从温泉街短程上坡，盖23号章后原路返回。 往返预留35分钟

07:40–08:15 吃外带早餐、休息、整理印册

吃外带早餐、休息。

08:20前 湯の峰温泉站候车

往新宮方向，在請川下车。

08:31–08:44 湯の峰温泉 → 請川

熊野御坊南海巴士54系統；票价待核。

08:44–09:10 請川补给、厕所、登口押印

盖41号章、上厕所；下地商店可补水和路餐。

09:10–11:40 請川 → 松畑茶屋跡 → 百間ぐら

持续缓上坡，百間ぐら可观景短休。 至百間ぐら约5.5公里，地图估算

11:40–12:20 百間ぐら → 林道交差点 → 石堂茶屋跡

林道交差点可短距绕行至厕所；盖40号章。 至石堂累计约7.5公里，地图估算

12:20–12:45 石堂茶屋跡附近午餐

吃随身便当；沿线茶屋跡没有餐饮服务。

12:45–14:40 桜峠 / 桜茶屋跡 → 小和瀬渡し場跡

盖39号章；后段下坡和石阶较多。

14:40–15:30 小和瀬 → 小口 → 大雲取登口押印

进村后先盖38号章；17:30前入住。 小和瀬至小口村约1公里，登口接近另计

15:30–17:30 小口自然の家入住、洗澡、洗衣

争取15:30到达，洗澡、洗衣。

17:30–20:30 按民宿通知吃晚餐，核对5印、备好次日装备

核对23、41、40、39、38号章；备好次日装备。

下地商店08:00起营业，周三休；在請川站与登口之间。

小口南方商店约07:00–18:00，不定休；以饮料、零食和即食食品为主。

盖章 · 5处

□ 23 湯峯王子 07:05–07:40（预计）

从汤之峰东光寺附近的大日越入口上坡，到高台上的湯峯王子社及鸟居附近印台。 从川汤06:53乘车，07:03到汤之峰；短程上坡盖章原路返回，往返预留35分钟。08:31再乘车往請川。

□ 41 請川 08:44–09:10（预计）

請川站下车，按小雲取越登口指示进入集落通路；在开始上山的入口一带找官方图标示的印箱。 在請川登口区域盖章后，再开始小雲取越。

□ 40 石堂茶屋跡 11:40–12:20（预计）

百間ぐら及林道交差点之后，石堂茶屋跡的休憩点附近。 百間ぐら之后继续至石堂茶屋跡，留意遗址标识和印台。

□ 39 小和瀬渡し場跡 12:45–14:40（预计）

下山到赤木川的小和瀬桥 / 旧渡口附近，按渡し場跡标识找印箱。 盖章后过桥，沿县道向小口走约1公里。

□ 38 小口（大雲取登り口） 14:40–15:30（预计）

小口村南端的大雲取登山口，入口阶梯上方一带。 到小口后前往大雲取登口盖章；如需次晨补盖，登山前完成。

Day4 · 12-07

小口大雲取越登山口 → 青岸渡寺 / 熊野那智大社

小口 → 円座石 → 楠ノ久保旅籠跡 → 胴切坂 → 越前峠 → 石倉峠 → 地蔵茶屋跡 → 色川辻 → 舟見峠 / 舟見茶屋跡 → 那智高原 → 青岸渡寺 → 那智大社

05:30–06:00 起床、收拾行李和登山包

带齐水、雨具、保暖层和头灯。

06:00–06:30 早餐、领取便当

06:00用餐和取便当需提前确认。

06:30–07:00 退房，步行到大雲取登山口

约06:45离店，07:00起步；核对38号章。 酒店至登口约10–15分钟，地图估计

07:00–10:00 小口 → 円座石 → 胴切坂 → 越前峠

最初约5公里净爬升约800米。 最初约5公里，净上升约800米

10:00–11:00 越前峠 → 石倉峠 → 地蔵茶屋跡

盖37号章；有厕所和遮蔽休憩处。 至地藏茶屋累计约6.2公里

11:00–11:20 地蔵茶屋跡附近吃便当、补水

吃便当、补水。

11:20–13:00 地蔵茶屋 → 色川辻 → 舟見峠 / 舟見茶屋跡

继续翻越山口；天气好可在舟見茶屋跡观海。 至舟見累计约10公里，地图估算

13:00–15:00 舟見茶屋 → 那智高原 → 青岸渡寺

长下坡，争取15:00到寺社区域。 末段约4公里；全天山段约14公里

15:00–15:20 青岸渡寺本堂参拜、押印

参拜、盖36号章。

15:20–15:40 熊野那智大社参拜、押印

盖35号章；受付通常至16:30。

15:40–16:10 下行至飛瀧神社 / 那智御瀧，参拜押印

下行约15–20分钟，盖34号章。

16:10–16:20 沿阶梯回公路，到那智の滝前站候车

回公路，前往胜浦方向站牌。

16:29–16:53 那智の滝前 → 紀伊勝浦駅

到胜浦站后步行约1分钟至UNWINED。

备用 · 17:14–17:38 备用：那智の滝前 → 紀伊勝浦駅

备用车；另有18:06→18:30末班。

17:00–17:30 WhyKumano UNWINED办理入住

入住16:00–20:00。

17:30–20:30 晚饭、采购Day5早餐和简餐

自行吃晚饭，买Day5早餐和简餐；核对34–37号章。

山段没有餐馆和常规公交。地蔵茶屋有厕所及遮蔽休憩处。

盖章 · 4处

□ 37 地蔵茶屋跡 10:00–11:00（预计）

越前峠、石倉峠之后，林道旁地蔵茶屋跡的地藏堂 / 休憩所一带印台。 地藏堂及休憩区附近可寻找印台，顺便午餐、上厕所。

□ 36 青岸渡寺 15:00–15:20（预计）

青岸渡寺本堂内，进门一侧的印台。 进入本堂寻找印台；入堂及脱鞋按现场指示。

□ 35 熊野那智大社 15:20–15:40（预计）

熊野那智大社境内，授与所一带的纪念印台。 在授与所一带寻找纪念印台，受付通常08:00–16:30。

□ 34 飛瀧神社（那智御瀧） 15:40–16:10（预计）

从白色鸟居沿阶梯下到瀑布前的飛瀧神社区域，在神社授与所一带找纪念印台。 沿阶梯到神社区域盖章，随后上回公路，提前到公交站。

Day5 · 12-08

大門坂站 / 大門坂茶屋 → 新宮站前观光案内中心

大門坂茶屋 → 市野々王子；那智站 → 補陀洛山寺 / 浜の宮王子；港口 → 小狗子峠北印点往返；三輪崎 → 高野坂 → 広角；神倉神社山脚 → 速玉大社 → 阿須賀神社 → 新宮站

07:00–08:00 早餐、收拾行李、UNWINED退房

约08:00退房，背包随身。

08:15前 紀伊勝浦駅候车

在大門坂下车。

08:25–08:43 紀伊勝浦駅 → 大門坂

31系統；¥480 / 人。

08:43–09:10 步行至大門坂茶屋，09:00后押印

09:00后在茶屋盖33号章，再下行。 站至茶屋约10分钟

09:10–09:45 市野々王子参拜、押印，再到学校前站

盖32号章；09:50前到学校前站。 约1.4公里，地图估计

09:56–10:04 市野々小学校前 → 那智駅

32系統；¥290 / 人。

10:08–10:28 補陀洛山寺、浜の宮王子，返回那智站

两处各盖一章（31、30）；10:30前回站。

10:37–10:42 那智駅 → 港口

平日新勝線16号，往新宮方向；¥250 / 人。

10:42–11:30 小狗子峠北侧印点往返

盖29号章；11:35前回站。部分国道人行空间不连续。 往返约1–2公里，地图估计

11:42–11:52 港口 → 三輪崎駅前

平日12号，经黑潮公園前；票价待核。

11:52–13:25 简餐，三輪崎 → 高野坂 → 広角

吃简餐，盖28号章；13:30前到広角站。 约2.7公里，市官方图；步行参考约50分钟

13:40–13:45 広角（高野坂） → 神倉神社前

平日26号；备用13:55→14:00，票价待核。

13:50–14:10 神倉神社山脚押印

在山脚盖26号章；登顶另需约45–60分钟。

14:10–14:30 步行至熊野速玉大社

市区步行约15–20分钟。

14:30–15:00 熊野速玉大社参拜、押印

参拜、盖25号章。

15:00–15:20 步行至阿須賀神社

步行约20分钟。

15:20–15:40 阿須賀神社参拜、押印，核对全册

盖27号章，核对全册41印。

15:40–16:00 步行到新宮站前观光案内中心

步行约10–15分钟，另留取包时间。

16:00–16:30 核验押印帐、领取完全踏破证书

窗口09:00–17:00；全册核验通过后当场发证。

铁路 · 16:30–17:10 铁路方案：取包、买晚饭、进站候车

取包、买晚饭，17:10前进站。

铁路 · 17:31–20:49 南紀8号：新宮 → 名古屋

南紀8号；11/8 10:00开售。新宮至东京两段指定席¥17,440。

铁路 · 21:06–22:42 のぞみ282号：名古屋 → 東京

名古屋换乘17分钟。

铁路 · 23:05–23:44 東京 → 北千住 → 竹ノ塚

东京出发者的返家接续。

夜巴 · 16:30–19:40 夜巴方案：新宮晚饭、休息、取包后候车

吃晚饭、休息；19:40左右到三交新宮駅前候车。

夜巴 · 20:03–翌06:20 南紀勝浦線：三交新宮駅前 → 池袋駅東口

普通¥10,700、限量早割¥10,200；11/8 10:00开售。

夜巴 · 12/9 07:30左右 池袋 → 上野 → 竹ノ塚

车站间约50分钟；夜巴延误时顺延。

领证地点：熊野新宮観光案内センター，新宮市徐福2-1-11，0735-22-2840。目标16:00到，17:00关门。

盖章 · 9处

□ 33 多富気王子（大門坂） 08:43–09:10（预计）

大門坂下段的“大門坂茶屋”店前 / 店内指定印台，先按09:00营业安排。 茶屋09:00营业；盖章后向市野々下行。

□ 32 市野々王子 09:10–09:45（预计）

从大門坂下段下行到市野々王子社境内的印箱。 盖章后到市野々小学校前站，接09:56公交。

□ 31 補陀洛山寺 10:08–10:28（预计）

那智站附近補陀洛山寺境内指定印台；找不到即在寺内询问。 寺院08:30–16:00开放，与相邻浜の宮王子各盖一章。

□ 30 浜の宮王子 10:08–10:28（预计）

補陀洛山寺相邻的“熊野三所大神社”境内、浜の宮王子印点。 位于熊野三所大神社境内，认准浜の宮王子章名。

□ 29 小狗子峠 10:42–11:30（预计）

由港口站往小狗子峠北侧入口附近的官方地图印点，往返后回港口。 从港口往返北入口印点；部分接近公路人行空间不连续。

□ 28 高野坂 11:52–13:25（预计）

从三輪崎沿高野坂南入口进入古道，走到北入口一带的印台，再去広角站。 从三輪崎穿过高野坂到北侧印点，再前往広角站。

□ 26 神倉神社 13:50–14:10（预计）

神倉神社山脚，过桥后的社务所附近。 山脚盖章；登顶参拜另留约45–60分钟。

□ 25 熊野速玉大社 14:30–15:00（预计）

大社境内、本殿旁的纪念印台；2026到访记载在本殿一侧完成25号。 参拜、盖章后步行前往阿須賀神社。大社公布开门06:00–17:00。

□ 27 阿須賀神社 15:20–15:40（预计）

阿須賀神社境内一侧的小屋内。 最后核对全册，随后前往新宫站前观光案内中心。

退路与备用交通

小雲取越、大雲取越山中无常规公交。被跳过的印点仍需另行补齐。

Day0 · 未买到直达夜巴，或班次停运

尚未从东京出发

直达夜巴11/3 10:00开售；售罄或停运时重新选择去程。

调整去程后，同步重排Day1抵达滝尻及开始徒步的时间。

Day1 · 高原已明显体力不足

高原 → 栗栖川站，官方约步行30分钟下山；村内无公交

栗栖川12:22→近露王子12:49，或13:47→14:14；更晚15:37→16:04。龙神81，往本宫方向。

跳过7大門、8十丈、9大坂本、10牛馬童子；11近露可在下车后步行盖章。

Day1 · 在牛馬童子口改乘公交

道の駅熊野古道中辺路旁「牛馬童子口」站

12:34→近露王子12:49；13:59→14:14；15:49→16:04。龙神81。

跳过10牛馬童子章。牛馬童子口至近露约1.3公里，可比较等车和步行所需时间。

Day2 · 出发前已判断走不完全程，选择减量

近露王子站；或なかへち美術館前站

近露王子07:23→発心門08:37；也可美術館前09:42→本宮10:12，再本宮10:30→発心門10:45。

保留発心門至本宮约7–7.5公里步行；跳过12–16共5章。

Day2 · 走到野中仍不适合进后面的山段

継桜王子 / 秀衡桜 → 野中一方杉站，另留约25–30分钟下到国道311

野中一方杉09:47→本宫10:12（明光93，经渡瀬）；之后10:30→10:45発心門，走末段到本宫。

保留已完成的12、13章，跳过14蛇形地蔵、15湯川、16猪鼻。

Day2 · 在小広峠、尚未深入山段时退出

小広峠站，位于入山前的公路路段；道湯川橋站也在附近。

小広峠11:20→本宫11:41（明光93）；后有11:44→12:05；龙神12:59可到汤之峰13:26 / 本宫13:46。

按实际已到访印点核对；后续14–20号章中未到访部分需另安排。可接本宫12:15→発心門12:30，步行末段。

Day2 · 小広峠之后进度延误

小広峠至発心門山段，无常规公交中途站。

蛇形地蔵、湯川王子、三越峠均无常规公交。比较原路折返小広峠与继续発心門的剩余路程。

进山前评估进度。山中需比较原路折返小広峠与继续発心門的路程；途中林道无常规公交接驳。

Day2 · 到発心門晚于13:00，需缩短末段

17発心門印点 → 发心门休憩所公交站，向东约300m，提前到站

冬季12:40→本宫12:57，末班14:48→15:05；再接本宫16:23→川汤16:44，备用16:40→16:51。

保留本宫21、大斎原22章及川汤入住，跳过18水呑、19伏拝、20祓殿。14:48为冬季末班；跳过的印点仍须另行补齐。

Day2 · 本宫参拜结束较晚但仍在16:30前

本宫大社前站

周六首选16:23→川汤16:44（奈良301），备用16:40→川汤16:51（龙神80），再步行至すみ家。若错过备用车，联系民宿并另行安排交通。

16:40备用车可衔接18:00前入住；本宫与大斎原参拜需在上车前完成。

Day3 · 未开始小雲取越，或早段已原路返回请川

請川站 → 神丸换乘 → 小口站

請川14:50→神丸15:11（奈良301），神丸15:45→小口15:57（66）；备用請川16:16→神丸16:35，再16:39→小口16:51。

跳过40石堂茶屋、39小和瀬渡し場跡；41請川和38小口可到点盖章。备用换乘仅4分钟，优先前班。

Day3 · 小雲取越途中想退出

早段可原路回请川；后段继续至小和瀬 / 小口；百間ぐら与石堂茶屋无公交

小和瀬15:55→小口15:57，或16:49→16:51；步行进村约1公里。

山脊无常规公交。折返請川后按上列班次接小口；从小和瀬到小口仅约1公里村道。

Day4 · 出发前放弃大雲取越

小口 → 神丸 → 新宮 → 那智站 → 那智山

小口07:00→神丸07:12，07:18→新宮07:52；08:30新宮→那智09:16，09:57那智→那智山10:16。平日常年表。

可参拜那智山34–36三处；跳过37地蔵茶屋。38小口需离村前盖好。

Day4 · 从小口改乘08:39公交出发

小口08:39 → 神丸08:51；转09:03 → 新宮09:37

新宮10:00→那智10:38；那智11:12→那智山11:31。山下两段按平日新勝綿 + 常年那智山线。

跳过37地蔵茶屋，仍可安排那智山34–36三处参拜。

Day4 · 大雲取越中途体力不支

越前峠、地蔵茶屋、舟見峠都无常规公交；早段原路回小口，后段评估继续那智山

折返小口后：16:10→神丸16:22，16:35→新宫17:09；更晚17:19→神丸17:31，18:00→新宫18:34。

按实际位置评估折返或继续前进；调整后核对37、34–36号章，联系住宿说明预计到达时间。

Day4 · 那智高原之后的下山接续

从那智高原沿古道下至寺社区域，再步行至那智山或那智の滝前站；高原至寺社段需步行。

瀑布前16:29→胜浦16:53；17:14→17:38；末班18:06→18:30。

到寺社区域后核对34–36号章。若当日未完成，Day5需提前补访并重排后续交通。

Day5 · 错过市野々小学校前09:56班

留在市野々小学校前站；下班10:41→那智10:49

那智11:37→港口11:42，港口12:42→三輪崎12:52；高野坂之后按实际进度衔接广角公交或短程车。

后续约推迟1小时。高野坂仍需步行和盖章，按实际进度评估短程出租车，争取16:00到新宫核验。

Day5 · 高野坂结束晚，错过広角13:40班

高野坂北端走到広角（高野坂）站

下一班13:55→神倉神社前14:00；若仍延误，可由道路端点短程打车，16:00前后回新宫核验为目标。

高野坂需走到北端公路接车。神仓山脚盖章后继续新宫市区行程，领证窗口17:00关闭。

交通与额外费用

Day1公交 ¥970 / 人

纪伊田辺→滝尻。

Day2公交 ¥310 / 人

本宮大社前→川湯温泉。

Day3公交 · 汤之峰→請川 票价待核

08:31→08:44。

Day3 川汤→汤之峰 ¥250 / 人

06:53→07:03，前往湯峯王子补章。

Day5公交 · 胜浦→大門坂 ¥480 / 人

08:25→08:43。

Day5公交 · 学校前→那智站 ¥290 / 人

09:56→10:04。

Day5公交 · 那智站→港口 ¥250 / 人

10:37→10:42。

去程夜巴 票价待开售

东京出发1人，11/3 10:00开售。

返程铁路候选 ¥17,440 / 人

新宮→名古屋→东京，两段普通指定席；与夜巴二选一。

返程夜巴候选 普通¥10,700；限量早割¥10,200 / 人

12/8发车，次晨到池袋；11/8 10:00开售。

其他交通与餐费 另行预算

部分短途公交、外食、行李运送及出租车另计。

随身准备与联络

装备 头灯、雨具、保暖层、备用袜、充电宝、印册防水袋；每天出发前补足水和路餐。

现金 备好公交硬币、千元纸钞及洗衣、补给现金。

盖章 沿线37印，1–3和24号另行安排。每天结束后核对印册；印台异常时拍照并联系管理方。

行李 徒步携背包。大行李运送需先征得住宿同意，并约定新宫取件；KUMANO TRAVEL运送至少提前20天申请，12/4使用需11/14前办理。

紧急联络 急救 / 消防119，警察110；Japan Visitor Hotline 050-3816-2787（24小时，支持中文）。求助时报最近路标和同行人数。

出发前待办

□ 12/4住宿 等待なかの确认；需确认夜巴抵达田边后当日开始徒步是否符合初泊规定。

□ すみ家早出 确认3人同房、晚早 + 便当，以及12/6 06:30外带早餐和便当领取、退房。

□ 小口早饭 确认12/7 06:00早餐和取便当，07:00开始大雲取越。

□ 车票 去程夜巴11/3 10:00开售（东京出发1人）；返程铁路 / 夜巴11/8 10:00开售，方案待选。

□ 会合 确定12/4的会合地点、时间和各自到达方式。

□ 行李 确定大行李运送或寄存，以及12/8新宫取件地点和时间。

□ 洗浴 确认各住宿的独用浴室或包场时段、更衣安排。

□ UNWINED钥匙 通过Booking.com确认钥匙领取和入住方法，告知预计抵达时间。

□ 出发前复查 检查天气、封路公告、公交运行和车票。

离线地图与公交

请一并保存完整攻略包中的“熊野古道_攻略附件”文件夹。

官方41印点

Day1_滝尻至高原

Day1_高原近露野中

Day2_野中至発心門

Day2-3_本宫与汤之峰

Day3_小雲取越

Day4_大雲取越

Day5_那智沿海1

Day5_沿海至新宫2

Day5_高野坂

公交_田边至本宫

公交_発心門冬季末班

公交_本宫与温泉区

公交_汤之峰至请川新宫

公交_小口神丸换乘

公交_那智山上下行

公交_新勝線平日周末

票价_那智山线

票价_新勝線

Day2–3_川汤往返与汤之峰补章