



女性限定 女性のための登山教室

※バス車内でも山歩き講座開講します。
※1回のみ講座参加も可能です。
■最少催行人員:15名様

講座途中
参加も可能!

チャレンジ2017

“南アルプス”

南アルプス名峰へ登ってみませんか?
事前トレーニング無しに、急に登っても、
高山病にかかったり、登山ペースがわからずに
山頂へ立てないことはしばしばあります。
今回は事前に、登山教室を開講いたしますので、
是非、ご参加下さい。
トレーニングして山頂を目指しましょう。
松下喜美子さんを予定しています。
また現地講座には山岳添乗員も
同行しますので安心です。



第1回講座 西日本第2の高峰

徳島県

つるぎさん 剣山

多くの伝説が伝わる霊峰剣山(1955m)。大剣神社の背後には山名の由来といわれる巨大な石灰岩がそそりたち「名水百選」の一つ御神水が湧き出ています。とびきりの展望が待つ剣山山頂を目指しましょう。

【旅行代金】**34,000円**

【出発日】 **5月27日(土曜日)** **2日間**

- ①梅田(7:00)＝明石海峡＝大鳴門橋＝見ノ越＝剣山＝山頂(山小屋)
- ②山頂＝次郎笈＝次郎笈＝丸石＝避難小屋＝奥祖谷から橋駐車場＝梅田(20:00頃)

- コース概要／①約2km、約2時間 ②約8km、約5時間
- 食事／3食付き・朝食1回、昼食1回、夕食1回
- 宿泊／①剣山頂上ヒュッテ(風呂有り)(予定)

第3回講座 花の名山に行く

石川県



ハクサンチドリ



チングルマ



はくさん

加賀白山



ハクサンイツゲ



ハクサンシャクナゲ

白山の登山口は、石川・福井・岐阜と各県に開かれていますが、最もポピュラーで登山道が整備され傾斜もゆるやかで登りやすいルートで計画しました。バスで登山口の別当合合まで行き、砂防新道を利用し一日目は南竜ヶ馬場まで歩きます。二日目早朝出発、ご来光を見ながら白山室堂へ、ここから最高峰の御前ガ峰を往復(上り40分)し、黒ボコ岩を経由別当合へ下山します。

2日間

【旅行代金】**34,000円** 【出発日】 **8月5日(土曜日)**

- ①大阪・梅田(7:00)＝京都竹田＝名神・北陸＝福井＝別当合会＝甚之助避難小屋＝南竜ヶ馬場(山小屋泊)
- ②南竜ヶ馬場＝白山室堂平＝白山・御前ガ峰＝白山室堂平＝黒ボコ岩＝別当合会＝福井＝北陸＝名神＝京都竹田＝大阪・梅田(21:30頃)

- コース概要／①約5km、約3時間 ②約12km、約6時間
- 食事／4食付き・朝食1回、昼食2回、夕食1回 ●宿泊／①南竜山荘(予定)

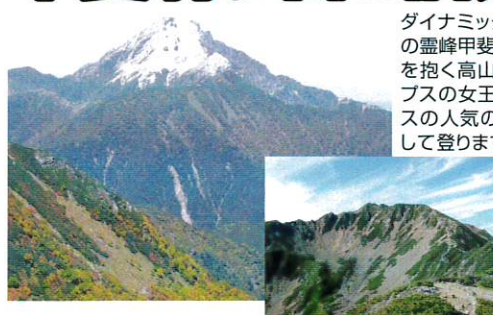
第2回講座 南アルプスの二名峰に挑戦

長野・山梨県

かいこまがたけ

せんじょうがたけ

甲斐駒ヶ岳と仙丈ヶ岳



ダイナミックで美しいピラミッドの霊峰甲斐駒ヶ岳、三つのカールを抱く高山植物の宝庫「南アルプスの女王・仙丈ヶ岳」南アルプスの人気の2座を北沢峠に連泊して登ります。両コースともに歩行時間は長いですが余分な荷物は、小屋に預けられますので、サブザックでの行動となります。

3日間

【旅行代金】**53,000円** 【出発日】 **7月15日(土曜日)**

- ①大阪・梅田(7:00)＝京都竹田(8:00)＝名神・中央＝戸台＝路線バス北沢峠(山小屋泊)
- ②北沢峠＝仙丈ヶ岳＝甲斐駒ヶ岳＝北沢峠(山小屋泊)
- ③北沢峠＝小千丈＝仙丈ヶ岳＝馬の背＝滝見台＝北沢峠＝路線バス 戸台＝中央＝名神＝京都竹田＝大阪・梅田(22:00頃)

- コース概要／②約9km、約8時間 ③約10km、約8時間
- 食事／6食付き・朝食2回、昼食2回、夕食2回
- 宿泊／①②長衛小屋(シャワー有り)(予定)

第4回講座

長野県

からさわ

秋の涸沢

カール正面には日本第3位の標高を誇る奥穂高岳がそびえ、前穂高岳の北尾根や吊尾根も大迫力でせまります。



3日間

【旅行代金】**53,000円** 【出発日】 **9月16日(土曜日)**

- ①大阪・梅田(7:00)＝京都竹田＝名神東海北陸＝上高地＝明神＝徳沢(泊)
- ②徳沢＝横尾＝本谷橋＝涸沢(山小屋泊)
- ③涸沢＝本谷橋＝横尾＝明神＝上高地＝平湯＝東海北陸名神＝京都竹田＝大阪梅田(21:00頃)

- コース概要／①約6km、約2時間 ②約9km、約5時間 ③約15km、約5時間
- 食事／5食付き・朝食2回、昼食1回、夕食2回
- 宿泊／①徳沢ロッジ(風呂有り)(予定) ②涸沢小屋(予定)