登山計画書

［行　先］ 北アルプス・唐松岳（2696m）

［日　時］ 7月24日（水）～26日（金） 2泊3日

［集　合］ 24日（水） JR 新宿駅 7:00 発 特急あずさ 1 号松本行き

［行　程］

中央本線

1日目 新宿駅(7:00 発 特急あずさ)＝＝＝(9:38 着)松本駅------松本市内観光------

大糸線

松本駅(14:09 発)＝＝＝(15:50 着)白馬駅------民宿

ゴンドラ・リフト　*1830m*　*2060m*　*2620m*

2日目 民宿------八方駅＝＝＝八方池山荘------八方池------唐松岳頂上山荘------

1.40　2.30　0.20

2696m

唐松岳------唐松岳頂上山荘

0.20

ゴンドラ・リフト　タクシー

3日目 唐松岳頂上山荘------八方池------八方池山荘＝＝＝八方駅＝＝＝白馬駅

2.30　1.00

大糸線　中央本線

白馬駅(15:16 発 特急あずさ 46 号)＝＝＝松本駅＝＝＝(19:08 着)新宿駅

［コースタイム］ 2日目/4時間50分（標高差 866m）　3日目/3時間20分

［費　用］ ①交通費 〔1日目〕新宿駅 特急 6620 円 松本駅 1170 円 白馬駅

〔2日目〕八方駅 ゴンドラ・リフト往復 3300 円 八方池山荘

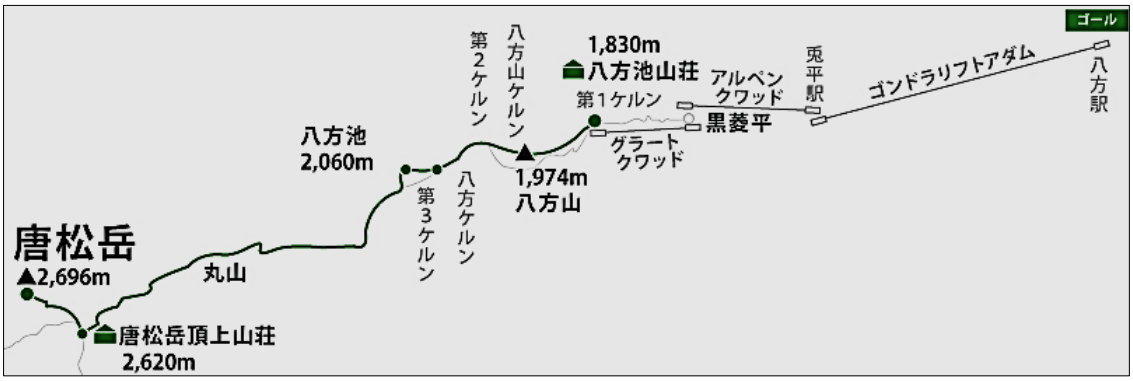
〔3日目〕八方駅 タクシー1000 円/台 白馬駅

白馬駅 特急 8050 円 新宿駅

②宿泊費　民宿1泊2食付き 8500 円　唐松岳頂上山荘1泊2食付き 15000 円

③松本城入場料 700 円

合　計　約 44000 円

［持ち物］ 防寒着（ダウン・フリース等）、レインスーツ、ザックカバー、折畳み傘、手袋、帽子、着替え、ヘッドランプ、洗面具、地図、健康保険証、携帯電話、登山靴（くるぶしを覆う物）、

［連絡先］ 薄　tokyo.arukoukai@gmail.com