

ハイキング計画書(改訂版・4/15)【追加、変更は赤字】

- 1.行先 仙丈ヶ岳(3033m)
- 2.日時 8月6日(火)~8月7日(水)
- 3.集合 茅野駅改札口 10時10分
- 4.往路 **※2024年4月から仙流荘は、戸台パークに名称を変更**

- ①新宿駅・あずさ3号(7:30 発)→茅野駅(9:51 着)
- ②茅野駅・ジオライナー(10:40 発)→戸台パーク(仙流荘)(11:45 着)【JR バスジオライナーバス・交通系・可】
- ③戸台パーク(12:10 発)→北沢峠(13:05 着)【南アルプス林道バス・現金のみ】

- 5.復路
 - ①北沢峠(13:10 発)→戸台パーク (13:55 着) 【南アルプス林道バス】
 - ②戸台パーク(14:55 発)→高遠駅(15:15 着) 【ジオタクシー】 **※1ヶ月前より予約開始**
 - ③高遠駅(16:00 発)→伊那バスターミナル(16:24 着) 【JR バス高遠線】
 - ④伊那市駅(Ⓐ16:46・Ⓑ17:46 発)→岡谷駅(Ⓐ17:33・Ⓑ18:31 着・Ⓐ17:37・Ⓑ18:56 発・あずさⒶ50号・Ⓑ54号)→新宿駅(Ⓐ20:08・Ⓑ21:17 着)

- 6.コースタイム
 - ①一日目 北沢峠で昼食(13:10~13:40)、北沢峠(2:40)→馬の背ヒュッテ 【2:40】
 - ②二日目 馬の背ヒュッテ(1:20)→仙丈ヶ岳山頂(40分)→子仙丈ヶ岳(2:00)→北沢峠 【4:10】
- コースタイム 6時間50分**

- 7.持ち物
傘、レインウェア、帽子、手袋、ストック、弁当、行動食、水、コップ、健康保険証、スマホ、モバイルバッテリー、ヘッドライト、常備薬(3日分)、着替え、**シーツ**。お弁当注文はできないので、菓子パン、カップ麺を準備する。

- 8.交通費
 - 往路 ①新宿駅→茅野駅(5650円) ②茅野駅→戸台パーク(1780円) ③戸台パーク→北沢峠(1150円)
 - 復路 ①戸台パーク→北沢峠(1150円) ②戸台パーク→高遠駅(2000円・1名) ③高遠駅→伊那バスターミナル(530円) ④伊那市駅→新宿駅(6620円) ⑤馬の背ヒュッテ宿泊費用(12000円)

9.山行計画者 【後藤】

10.追加、変更は、あり得るので、時々確認してください。

締切日 5月25日(土)

