

## 「市民夏山登山」計画書

### 白馬岳・雪倉岳・朝日岳

#### お花畑を楽しむ北アルプスの縦走

期日：7月25日（土）～27日（月）・24日（金）夜発の2泊3日

集合：7月24日（金）さいたま新都心駅改札前20時30分

行程：7/24さいたま新都心駅→関越自動車道川越IC→上信越自動車道→  
長野IC→蓮華温泉（車中仮泊）

7/25 蓮華温泉→白馬大池→白馬岳→白馬山荘（泊）

7/26 白馬山荘→雪倉岳→朝日小屋（泊）

7/27 朝日小屋→朝日岳→五輪尾根→蓮華温泉→さいたま新都心駅

（歩行時間：25日＝6時間30分、26日＝7時間5分、27日＝6時間20分

ガイドブック 北アルプス特選50コース登山案内 北部編 による）

対象：市内在住、在勤または在学の方で健脚者

（一日7時間～8時間歩ける方）

定員：25人（応募者多数の場合は抽選）

募集期間：7月1日～7月7日（締め切り）

費用：4万7千円（交通費、宿泊代、保険料含む）

宿泊：白馬山荘、朝日小屋

申し込み・問い合わせ／はがき（1通2人まで）で、全員の住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・電話番号を、市山岳連盟の〒362-0037上尾市上町2-6-7-302 石倉昭一へ。

TEL 048-772-6027（20時～22時）

装備：ザック・登山靴・ウール靴下・雨具（上下）・傘・帽子・手袋（綿以外が望ましい）・水筒・ヘッドランプ（軽量）・防寒具（薄手セーター又はフリース）・スパッツ・ザックカバー・保険証（写）・必要最小限の着替え

携行品：25日朝・昼食、行動食：おやつ（必要以上持たない）

※26日と27日の昼食は山小屋のお弁当となります。