

2023年10月7日～8日 入門ソロテント泊で白山登頂 登山計画書

【ガイド・所属】 水野 由香(日本山岳ガイド協会認定登山ガイド・自然ガイドステージⅡ)

島田ガイド事務所

【緊急連絡先】 滋賀プロガイド協会(090-9111-7887)

【当日連絡先】 水野携帯 (090-6068-2724)

【日時、場所】 10月7日(土)～8日(日)白山/石川

【集合】 10月7日 JR小松駅 改札前 **9:40**

【解散】 10月8日 小松駅 **15:00頃**

【行程】 1日目 小松駅—白山エクスプレス(乗合タクシー1h50分)—別当出合…(砂防新道)…甚ノ助避難小屋…南竜野営場泊

2日目 (テント残置)…(ご来光)…白山室堂…御前ヶ峰(2702m)…往路下山…南竜野営場(荷物 p/u)…砂防新道…別当出合—(白山エクスプレス)—温泉1h(白峰温泉か同等クラス)—小松駅解散16:20

歩行距離 一日目 4.6キロ 3.5時間 標高差 ↑820m 二日目 11キロ 6時間 標高差 ↑622m ↓1442m

※交通案内 (片道6490円程度(自由席)) ※ご自身で手配ください

・行き; 7:00 大阪(サンダーバード3号)—9:22 小松駅着

・帰り; 16:49 小松発—(サンダーバード36号)—18:53 京都—19:21 大阪着 以降 17:12 発、18:11 発あり

※砂防新道は危険箇所はありませんが、晴れていれば暑いです。最終Tシャツ1枚になれる衣服がお勧めです。

他、氷ペットボトルやサーモスに氷水、うちわ、日傘(軽量雨傘で可)など対策必要です。

※テント場と山頂は早朝は寒いです。薄手のフリースやダウン等忘れずにお持ちください。

※南竜野営場について; 水場、屋根つき調理場あり。板場なし。携帯かすかに通じます(ドコモ。他社は未確認)。

※二日目は、南竜山荘に撤収後のテントや炊事道具を預けますので、それらを入れる袋があるとよいです。

※テント泊の夕朝食の内容は各自にお任せしますが、初めての方は軽量化の観点からフリーズドライやアルファ米系(尾西やモンベルの袋にお湯を入れて待つだけ系)を持参されることをお勧めします。うまくやれば、食器もスプーンも不要です。迷う方はメールまたはラインにてご相談ください(naturalstyle.desk@gmail.com 水野ラインID yukanamakemono)。

※荷物の総重量の目安は **10kg 前後 40Lザック** でいけます。軽量化についても遠慮なくご相談ください。上記メールでも結構ですが、ラインのほうが写真が送りがやすく便利かもしれません。他の装備へのご質問もお気軽にどうぞ。

※テント泊軽量化 ZOOM 講座 **9/13 (火)、10/3 (火)** 白山ご参加の方は無料 ご参加ください。

※帰りの温泉の荷物は南竜まで運ぶこととなりますので、予備衣服を温泉に充てる等軽量化に努めてください。

【装備】 「0」基本装備+⑤泊装備+コッヘル&ガスバーナー&ガス缶

別に添付しました「装備表」をご覧ください。

【食糧】 昼行動食2日分+非常食+テント泊夕朝食

【保険】 各自、山岳保険の加入を義務付けます

【宿泊場所】 7日 南竜ヶ馬場野営場(南竜山荘)白山市地域振興公社(白峰)076-259-2022

【メンバー】 ガイド水野 090-6068-2724

【講習料】 ¥29500円 (原則事前にお振込願います)

【経費】 諸費用 ¥4000円前後(テント場使用料+往復乗合タクシー乗車代) **当日5000円をお預かりし、帰りに精算します。**

【島田ガイド事務所】代表:島田和昭

日本山岳ガイド協会認定登攀ガイド

日本山岳レスキュー協会員

国立登山研修所講師

同志社高校山岳部 大学山岳部コーチ

好日山荘 エイアンドエフ 契約ガイド

スポンサー(GREGORY,OR,VASQUE,SKARPA.)

〒659-0067 兵庫県芦屋市茶屋之町 5-20-103

TEL & FAX: 0797-26-6536 MOBILE: 090-7550-9662