

正しく学んで、楽しく登ろう！

好日山荘 登山学校



好日山荘登山学校×島田ガイド事務所

富士山登頂 と 登頂の為のトレーニング (全6回 4-10名)

一生に一度は登ってみたい山「富士山」。富士登山は標高差、高地、夜間歩行、岩場歩きなどしっかりトレーニングをしておくのが登頂成功の秘訣です。登山ガイドと共に富士山のとっぺん目指してトレーニングしていきましょう！

〈同行ガイド〉島田ガイド事務所 所属ガイド (日本山岳ガイド協会認定 登山ガイドステージⅡ)

日程	行先	行程	講習費
第3回 5/14 (日) ●長距離歩行 トレーニング	六甲 ●集合 8:30 阪急芦屋川駅 ●解散 15:30 有馬温泉	※天候などの状況により変更となることがあります。 阪急芦屋川駅・高座の滝・風吹岩・雨が峠・一軒茶屋・六甲最高点・一軒茶屋・有馬温泉 ●歩行10キロ ●行動時間 約6時間 ●ポイント ロックガーデンの岩場、七曲りの急登などを経験しながら、長距離歩行を経験します。 (参考電車 阪急梅田 7:51-芦屋川 8:20)	好日山荘会員 ¥11000 (一般) ¥12000 当日経費無し
第4回 6/3 (土) ●標高差歩行 トレーニング	伊吹山 ●集合 8:30 JR米原駅 ●解散 17:30頃 JR米原駅	JR米原駅-車-上野登山口・伊吹山山頂・上野登山口-車-JR米原駅 ●歩行9キロ ●行動時間 約6~7時間 ●ポイント 高低差 1200m をひたすら登って下ります。登りの疲労後ひたすら下る富士山の下山をイメージしたトレーニング (参考電車 三宮 6:09-大阪 6:39-京都 7:16-米原 8:26)	好日山荘会員 ¥12000 (一般) ¥13000 当日経費 ¥500
第5回 7/30.31(日月)	乗鞍 (予定) ●高地トレーニング	詳細調整中 ●ポイント 高地での気圧の変化や空気感を体験します。	
本番回 8/27.28(日月) 9月前半予定	富士山 (吉田ルート)	詳細調整中 ※2023年夏のバススケジュール等発表後詳細決定	

※台風など荒天を除き雨天決行

※基本的に2回以上のトレーニング回にご参加の方が本番回にご参加いただけます。

(登山歴によりトレーニングが1回でも参加可能のこともあります)

※今年の本番回に行かなくても「いつかは富士山」を目指して単発でご参加も可能です。

お問い合わせ・お申込みはこちら

(株)ナチュラルスタイル
島田ガイド事務所

