

5/12-14(金土日) 九州大崩山 最大8名

【集合】 5/12 宮崎空港到着ロビー 12時までに到着する便を予約

【解散】 5/14 宮崎駅空港解散 16時以降の便を予約

【行程】

1日目 宮崎空港—宮崎駅—車移動2時間—比叡山（歩行1.5時間）—スーパー—延岡ホテル泊

2日目 宿早朝発—車移動1時間—大崩山（10時間）—温泉—延岡ホテル泊（同ホテル）

3日目 宿—車移動1時間—行滕山（3時間）—（観光）—車移動2時間—宮崎空港—宮崎駅

【ガイド装備】 バーナー、コンロ、ツェルト、補助ロープ（8mm×20m）、ハーネス、救急パック

【装着装備】 登山靴（3シーズン用でOK、アプローチシューズでもOK）、雨具上下、中間着、肌着
防寒着（ウインドブレーカー、フリース、薄手ダウンジャケット、山シャツ等）

【安全装備】 ヘルメット、簡易ハーネス、安全環カラビナ3枚、120スリング1本、ブレイデバイス1個

【ザック装備】 ザック30前後、インナーバック、必要ならストック、帽子（防寒ニット）、サングラス、手袋（保温や革）、
折り畳み傘、日焼け止め、ヘッドランプ（予備電池）、テルモス、水筒、（コップ）、地形図、コンパス、
ティッシュ、時計、貴重品、携帯電話、常備薬、宿泊時及び予備の衣類（肌着、靴下等）

【宿泊装備】 移動中の履きやすい靴（アプローチシューズにしているとそれで登ってしまう山もあるので便利です）
温泉セットや着替え、携帯充電器

* 当日の大崩山の気温は10～15℃前後とお考えください

* 登山に使わないものは宿か車に置いて軽装備で登山します

* 行動食は随時購入できます * 山行中、悪天・体調不良等に備え日程・コースを調整するかもしれません御了承下さいませ

〈食事〉 初日昼外食 二日目朝行動食（ホテル朝食時間は不可、ホテル4時ぐらいにいます）昼行動食 夜外食 三日目朝ホテル食 昼外食

【ガイド料】¥45000

現地経費 ¥30000～35000（宿、交通費等）

