

## 2024年6月29日～30日 ソロテント泊講座@白駒池 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

【日時、場所】 6月29日(土)～30日(日)北八ヶ岳／長野

【集合】 6月29日 JR大阪駅 桜橋口出ですぐ 旧 ALBI 前 7:00

【解散】 6月30日 大阪駅前同場所 20:00頃変更しました

【行程】 10日 大阪駅—専属ドライバー車—白駒池入口 P(2120m)・・・青苔荘・・・白駒池キャンプ場泊

時間あれば湖畔散策 歩行 5キロ 2.5時間 標高差 235m

11日 キャンプ場(荷物を置いて)・・・もののけの森(2352m.眺望)・・・中山(2496m.眺望)・・・キャンプ場(荷物 p/u)・・・白駒池

入口P—時間があれば白駒荘ランチ or メルヘン街道の美味しい蕎麦 & ジェラート—温泉—大阪駅着20時頃

歩行 7キロ 4.5時間 標高差402m

※レンタル可能品 テント、シュラフ、マット若干数(各500円) 床用マット(100円購入)、夕朝食食材(3000円)

※青苔荘付近の気温 天気のいい時は13～16℃、悪い時は10℃以下です。フリースやダウン等お持ちください。

※青苔荘について 小屋横に水場あり トイレは水洗(初回のみ200円)。携帯はソフトバンクのみ可(ドコモは白駒池駐車場では通じません)。雨天の場合、当日小屋泊に切り替え可能(素泊まり5300～5500円)。

※二日目は、ガイドテントに荷物を置いていけます。帰りにピックアップします。

※白駒池駐車場から青苔荘までは、ほぼ平地を約10分の歩きです。

※荷物は①登山用ザック ②宿泊用トートバッグ等(テント他、食材、調理器具)に分けていただいても大丈夫です。

※1日目と2日目の昼食は行動食をお持ちください(2日目は時間があれば白駒荘 or メルヘン街道そばランチ可能。保存可能なものをお持ちください)。

※初日買出し行き道沿いのAコープ、帰りの温泉は同じく帰り道沿いの尖石温泉縄文の湯(400円)。

【装備】 「0」基本装備+④山小屋泊装備+傘

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

【保険】 各自、山岳保険の加入を義務付けます

【宿泊場所】 20日 白駒池キャンプ場(青苔荘) 長野県南佐久郡佐久穂町大字八郡6 0 3 090-1423-2725

【メンバー】 ガイド水野 090-6068-2724

【ガイド料】 **¥32,000円** (原則事前にお振込願います)

【経費】 諸費用 ¥20,000円前後(交通費、テント場代、駐車場代等 25000円をお預かりし、その他お茶やランチ等の費用も水野が代表で支払い→帰りに清算します) **当日お預かりします**