

正しく学んで、楽しく登ろう！

好日山荘 登山学校



槍ヶ岳(西鎌尾根)・屋久島縦走の為のトレーニングと本番

天に槍をつくような「槍ヶ岳」と「洋上のアルプス」と呼ばれる屋久島の宮之浦岳縦走は登山者の憧れです。登頂・縦走に必要な「長距離歩行・岩稜帯歩き・山小屋泊」等毎回テーマ想定し、疲れにくい歩き方、荷物の持ち方、岩場歩行、水分・行動食補給方法などをお伝えしながら本番を目指します。

※トレーニングは連続でなく各回のみのご参加も可能です。※本番回参加は1回以上のトレーニング参加が必要です。

〈同行ガイド〉日本山岳ガイド協会認定 登山ガイドステージII 太田・森・馬場・中辻 (人数により1-3ガイド)

日程	行先と講習料	詳細
第1回 2/1(日) 3-15名	生駒山縦走路 好日山荘会員 ¥13000 一般 ¥14000	【集合】8:50 近鉄信貴山下駅 【解散】17:00 近鉄生駒駅 【行程】信貴山下駅・信貴山・十三峠・暗峠・生駒山・生駒駅 ●ポイント 冬だからこそできる長距離歩きこみ 当日経費なし
第2回 3/14(土) 3-15名	六甲(地獄谷) 好日山荘会員 ¥13000 一般 ¥14000 当日経費 なし	【集合】9:00 阪急芦屋川駅 【解散】16:00 阪急芦屋川駅 【行程】芦屋川駅・地獄谷・風吹き岩・中央稜・高座の滝・芦屋川駅 【歩行】約6キロ ●行動時間 約5時間+講習 ●ポイント ガレ場・岩場歩きトレーニング※ヘルメット要(有料レンタルあり)
第3回 4/18(土) 4/19(日) 同内容	鎌ヶ岳 好日山荘会員 ¥14000 一般 ¥15000 当日経費 ¥2000 前後	【集合】7:30 JR大津駅 【解散】18:00 同駅 【行程】大津駅-宮妻峽・水沢峠・鎌尾根・鎌ヶ岳・宮妻峽-大津駅 【歩行】約9キロ ●行動時間 約7.5時間 4/18は3-12名・4/19は3-6名 ●ポイント アップダウンの連続を歩きこみ※ヘルメット要(有料レンタルあり)
第4回 5/24(日) 5/30(土) 同内容	雪彦山 好日山荘会員 ¥14000 一般 ¥15000 当日経費 ¥1000 前後	【集合】9:00 JR姫路駅 【解散】17:00 同駅 【行程】姫路駅-登山口・虹ヶ滝・大天井岳・裏ルート下山・登山口-姫路駅 【歩行】約2.5キロ ●行動時間 約4時間 ※ヘルメット・簡易ハーネス要(有料レンタルあり) ●ポイント 連続する岩場・鎖を安全装備を付けて登る練習
第5回 6/20(土) 3-10名	半国山(沢歩き体験) 好日山荘会員 ¥13000 一般 ¥14000 当日経費 ¥1000 前後	【集合】9:00 JR川西池田駅 【解散】16:00 同駅 【行程】川西池田駅-赤熊・登山口・音羽の滝・登山道で下山・赤熊登山口-川西池田駅 【歩行】約3キロ ●行動時間 約4時間+講習 ●ポイント 悪天候(増水時)の歩行体験 ※ヘルメット要(有料レンタル有) 装備等の詳細は こちら を参照
第6回 7/25,26(土日) (3-6名)	木曾駒・宝剣岳	【集合】7/25 9:30 JR木曾福島駅 【解散】7/26 13:00 同駅 好日山荘会員 ¥38000 一般 ¥39000 現地経費 ¥2.2万程度 装備等の詳細は こちら を参照 ●ポイント 高地登山・岩稜歩き練習 ※ヘルメット要(有料レンタルあり)
第7回 8/21-23(金-日) 本番回	唐松五竜岳 (3-6名)	【集合】8/21 JR松本駅 10:15 【解散】8/23 16:30 同駅 好日山荘会員 ¥50000 一般 ¥51000 現地経費 ¥2万~3万 装備等の詳細は こちら を参照 ●ポイント トレーニング総括
9/19-23(土-水) 本番回	槍ヶ岳西鎌尾根 (3-6名)	【集合】9/19 JR高山駅 11:10 【解散】9/23 上高地 10:30 好日山荘会員 ¥65000 一般 ¥66000 現地経費 ¥8万~9万 装備等の詳細は こちら を参照
10/29-11/1(土-水)	屋久島宮之浦岳縦走 (4-6名)	【集合】10/29 屋久島空港 午後 【解散】11/1 屋久島空港 午前 好日山荘会員 ¥60000 一般 ¥62000 現地経費 ¥5.3万~7.3万 装備等の詳細は こちら を参照