

正しく学んで、楽しく登ろう！

好日山荘 登山学校



槍ヶ岳登頂・屋久島縦走のためのトレーニング

天に槍を衝く形が特徴的な「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。槍ヶ岳登頂に必要な「長距離歩行・岩稜帯歩き・山小屋泊」、屋久島宮之浦岳縦走に必要な「長距離歩行、ヘッドランプ歩行」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 (人数により1-3ガイド)

日程	行先と講習料	詳細
第1回 4/20 (日) 3-12名	金勝アルプス 好日山荘会員 ¥12000 一般 ¥13000 当日経費 ¥2000 前後	【集合】 8:30 J R草津駅 【解散】 17:00 J R草津駅 (参考電車 J R京都線 大阪 7:30-草津 8:21) 【行程】 草津駅—ガイド車—登山口・天狗岩・オランダ堰堤・登山口—草津駅 【歩行】 約10キロ ●行動時間 約6時間 ●ポイント 様々な登山道の歩き方の基本トレーニング
第2回 5/10 (土) 3-12名	リトル比良 好日山荘会員 ¥12000 一般 ¥13000 当日経費 ¥2000 前後	【集合】 9:00 J R北小松駅 【解散】 17:30頃 J R近江高島駅 (参考電車 JR湖西線 大阪 7:45-北小松 8:49) 【行程】 北小松駅・寒風峠・岳山・近江高島駅 【歩行】 約12.5キロ ●行動時間 約8時間 ●ポイント 縦走トレーニング (高低差1000mの長距離歩行)
第3回 6/7 (土) 3-12名	六甲 (地獄谷) 好日山荘会員 ¥12000 一般 ¥13000 当日経費 ¥2000 前後 ヘルメットレンタル¥1000	【集合】 9:00 阪急芦屋川駅 【解散】 16:00 阪急芦屋川駅 (参考電車 大阪梅田 8:30-西宮北口—8:50 芦屋川) 【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4回 7/21,22 (月祝火)	木曾駒ヶ岳 (3-6名)	詳細調整中 ●ポイント 高地・山小屋泊体験
第5回 8/2 (土) 3-12名	六甲ナイトハイク 好日山荘会員 ¥12000 一般 ¥13000 当日経費 ¥2000 前後	【集合】 16:00 阪急芦屋川駅 【解散】 21:30 阪急岡本駅 (帰路 参考電車 阪急岡本 21:46 - 大阪梅田 22:06) 【行程】 芦屋川駅・高座の滝・風吹き岩・横池・保久良神社・阪急岡本駅 【歩行】 約8キロ ●行動時間 約6時間 ●ポイント ヘッドランプ歩行
9/21-24 (日-水)	槍ヶ岳 (3-9名)	詳細調整中
10/23-26 (木-日)	屋久島宮之浦縦走 (3-7名)	詳細調整中

お申込みは [こちら](#) ←

