

◇2029 長野県北部：飯綱山（雪山・スノーシュー）

健脚向き

※白銀の世界へ。スノーシューで楽しみませんか！

期 日 2024年2月23日（金・祭）

実歩行 4時間30分

費 用 約12,000円（電車：9,300円、バス：2,500円）

集 合 大宮駅北陸新幹線ホーム6：40

コース 大宮6：53（はくたか551号）＝長野8：03/8：30（アルピコバス）＝
飯綱登山口9：17/9：25⇒一の鳥居登山口9：40/9：50⇒駒つなぎの場11：00⇒天
狗の硯石～飯綱神社（大明神）12：00⇒飯綱山頂12：10/（ランチ）12：30⇒西登山
口分岐12：40⇒萱の宮13：40⇒西登山道入口14：10⇒瑠璃山分岐14：30⇒戸隠神
社中社宮前バス停14：35/（アルピコバス）15：20＝長野駅16：28/17：05（かが
やき510号）＝大宮18：03（解散）

装 備 雪山装備（ニット帽子、保温性・乾湿性のあるインナーとタイツ、雪山用手袋、ダブルストック又
はピッケル、サングラス又はゴーグル、耐久性の高いアルパイン用のアウター、雪山用ズボン、ロ
ングスパッツ、雪山用登山靴）ホッカロン、保温ポットなど

食 糧 昼食と行動食

地 図 山と高原地図 妙高・戸隠・雨飾・火打山・高妻山・飯綱山

定 員 8名（1/24の例会時にて締め切ります）

尚、山岳保険の加入コースが登山コース以外の方は、申込できません。