

参加者募集

2016MHC 登山講習

健脚向き

剣岳 (2999m) 立山縦走登山



主催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会 共催 松本市
後援 長野県教育委員会 松本市教育委員会

信濃毎日新聞社、朝日新聞松本支局、毎日新聞松本支局、読売新聞松本支局、産経新聞長野支局、
中日新聞社、市民タイムス、松本平タウン情報、長野日報社、SBC 信越放送、NBS 長野放送、
TSB テレビ信州、abn 長野朝日放送、テレビ松本ケーブルビジョン、FM 長野、長野県写真連盟、



朝陽に映える剣岳



岩稜に咲くチシマギキョウ



垂直岩壁カニのタテバイを攀じる

北アルプスの俊英剣岳と重厚な立山連峰の縦走は、登山冥利に尽きる登山と言えるでしょう。今回は、室堂を経て一服剣下部の剣山荘に泊し、翌日早暁日の出を拝し、剣岳山頂を目指します。登山後は、別山の内蔵助山荘に泊し、3日目は、立山連峰の峰々を縦走して、室堂に下山し扇沢へ帰還します。

期 日 7月30日(土)～8月1日(月)

集合場所 30日(土)AM7:00 扇沢駐車場

松本からは、AM5:00 県松本合同庁舎駐車場に集合して乗り合わせて行く事も出来ます。

1. 日程

30日(土) 扇沢(AM7:00)ーアルペンルート始発 AM7:30ーAM8:55 頃室堂ー出発(AM9:30)→雷鳥平→新室堂乗越(AM11:00)→別山乗越(PM12:30) 昼食→剣山荘(PM3:30)泊

31日(日) 剣山荘(AM5:00)→一服剣(AM6:00)→前剣(AM7:30)→剣岳山頂(AM9:00)→前剣(AM10:30)→剣山荘(PM12:15) 昼食→別山乗越(PM1:45)→内蔵助山荘へ泊す

1日(月) 内蔵助山荘出発(AM6:30)→立山縦走・雄山(9:00)→一ノ越(AM10:30)→室堂(PM12:00)ーアルペンルート→PM2:30 頃扇沢→松本合同庁舎 P(PM4:00)解散

2. 共同装備 医薬品セット 他

3. 個人装備 帽子、手袋、トレッキングシューズ、雨具(上下)、着替え、懐中電灯(ヘッドランプ)、水筒(又はテルモス)、洗面具、ヘルメット、エチケット袋、他。

4. 食料 30日の昼食 行動食 果物類 嗜好品。30日朝食は登山出発までに済ます事。

5. 費用 28,000円 ≪登山講習料、山岳保険、2泊4食昼2弁当付

交通費、黒部アルペンルート往復 8800円別途≫

※ 申し込みは、7月28日(木)締切です。問い合わせは、NPO 法人松本ヒマラヤ友好会事務局へ

TEL 0263-47-6197 FAX 0263-47-5685 E-mail:mhc@lily.ocn.ne.jp

なお 2009MHC 事業の詳細は、MHC ホームページ <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/> をご覧下さい。

