

日本の山

2019.11~2020.5

冬・春号



- 雪山講習会 (P.4~9)
入門・STEP1・STEP2・STEP3
- 雪の立山スペシャル (P.10)
- ロングトレイル (P.11)
- 小笠原諸島ハイキング (P.12)

アルパインツアー 雪山講習会の特長

くらべてください

●ツアーリーダー

ツアーリーダーとは、登山のリーダーシップと旅程の管理能力を兼ね備えた山旅のプロフェッショナルのこと。「アルパインツアー日本の山」では、ガイドと添乗員を区分けすることはしていません。また、登山経験の乏しい添乗員が、ツアーの引率者として同行することはありません。同行するツアーリーダーの全員が、山のガイドであり、旅程の管理者なのです。

山へ情熱を注ぐツアーリーダーが、安全登山を請け負うのはもちろん、「アルパインツアー日本の山」ならではの、中身の濃い山旅を演出します。

●卓越したコースプランニング

日本山岳ガイド協会の認定資格を有し、各山域に精通したスタッフが、豊富な登山経験を活かし、さらに綿密なシミュレーションを行った上で、コースの企画を発表しています。

登山・トレッキング専門会社の山旅は、内容がひと味もふた味も違います。

●業界屈指のガイドレシオ

ガイドレシオとは、参加者人数に対する引率者人数の比率のこと。

「アルパインツアー日本の山」では、3~7人の参加者に対して、1名のツアーリーダーが同行します。パーティ全体への安全配慮はもちろん、参加者ひとりひとりへのアドバイスなど、きめ細かいサービスを心がけています。コースごとにガイドレシオを明示しています。

●徹底した少人数制

1グループの定員は、9~16人(日帰りの一部コースは20人)としています。混雑する登山道でのすれ違いや、危険箇所の通過、天候急変時の退避行動も迅速に行うことができます。

パーティ全体が同じ目的を共有していますので、たとえ初対面であっても、参加者同士が共通の話題ですぐに打ち解けてしまうのも特色。

●わかりやすいコース案内

従来より、各コースを「体力度」「コース難易度」でランク分けしています。

また、どんなツアーなのかお申込みの際により具体的にイメージしやすいよう、各コースで予定されている「歩行ペース」も明示しています。ご自身の体力や経験、趣向に合ったツアー選びの参考にしてください。

よくあるご質問

気象予測と悪天時の中止について

契約している山岳気象専門予報会社(ヤマテン)から、最新の山岳気象情報はもとより、「火山活動の状況」(気象庁)を取得して安全運行に役立てています。原則的に雨天でもツアーは実施しますが、著しい悪天・荒天が予想され、往復の交通や登山の安全運行に支障が出るような場合、ツアーの出発を中止する場合があります。その場合、出発日の前々日17時まで決定し、ホームページなどに掲示し、ご参加の皆さまにはメールまたは電話でご連絡いたします。

参加条件について



「参加条件あり」マークがあるツアーは、出発日の過去2年以内に弊社が企画する日本の山・国内ツアーに下記の回数以上の参加が必要です。

●雪山講習会STEP3: **雪山講習会STEP1 または STEP2の宿泊ツアー×1回** + **積雪期岩稜講習会×1回**

※積雪期岩稜講習会は昨シーズン以降の受講が必要となります。

●無雪期一般ツアー: **日帰りツアー×1回** + **山小屋泊の宿泊ツアー×1回** または **宿泊ツアー×2回**

※参加条件のないツアーでも、参加者の登山経歴によっては、体力、技術に合った他ツアーをご紹介、または参加をお断りする場合があります。

日本の奥深い山域での登山には、沢の連続渡渉や岩混じりの急峻な登山道などがあり、近郊の低山歩きにはない、厳しい状況での登山となることが多く、無事に歩きとおすためには、一定以上の体力と技術が要求されます。

はじめてご一緒の方が実際にどの程度の体力や技術をお持ちかを把握せずに、奥深い山への長期登山にご案内することは、グループ登山の準備としては不十分です。従来の登山経歴書に加え、実際に一緒に山を歩くことで、具体的に確認させていただくことが、最良の方法であると考えています。

◎重い荷物を背負って長時間歩くコースでは、ご参加の方の体力を事前に確認することが必要です。

◎岩場や岩稜での歩行には俊敏な運動神経が要求されることがあります。このため、ご参加の方の身体行動、とくに平衡感覚(バランス)を実際に一緒に歩くことで確認させていただきたいと考えています。

◎事前にご参加いただく宿泊コースでは、一般的な山の知識についても、詳しくお話しさせていただく機会もあります。

※なお、海外トレッキングでは現地スタッフも多く、ご自身で重い荷物を背負って長時間歩くということが多くないため、日本の山の『参加基準』では、海外トレッキングの履歴はお伺いしていません。

※また、技術的難易度が特に高い一部の岩稜コースや雪山コースでは、個別の参加条件を設けております。

集合写真について

ツアーリーダーが山頂などで集合写真を撮影することがあります。パーティで登った山の思い出を共有し、楽しかった登山の雰囲気をもっと多くの方に知らせたいためにホームページ上や印刷物に掲載することがあります。現在は「山好き仲間の集合写真」から画像のダウンロードも可能です。この点につきましては、同行ツアーリーダーから撮影前にご参加の皆さまへ口頭でご説明し、了解をいただいております。なお、集合写真のプリントをお送りしていた時期もありましたが、諸般の事情により現在はプリント送付は行っておりません。あわせて、ご理解いただきたくお願い申し上げます。

山好き仲間の集合写真: <http://photozou.jp/photo/album/2815609/>

その他

山小屋は、すべて相部屋で、時期によっては混み合います。山麓での宿泊は、男女別の相部屋をお願いしております。無人の山小屋(テント泊となることがあります)などを使用し、自炊を含むコースでは、共同装備や食料を各自少量ずつ分担をお願いしております。ご理解、ご協力をお願いいたします。

登山ではゴロゴロした石の上を歩く**平衡感覚**や長時間歩行、重い荷物を背負って歩くための**持久力**など基礎体力に加えて、寒さなどに対する**防衛体力**も必要です。普段の生活にも登山のためのトレーニングを取り入れてください。体力が十分でない方の登山はリスクが高まります。荷物の軽量化も重要です。

山の中での個人のゴミはすべてご自分でお持ち帰りください。

日程表の見かた(ご案内とご注意)

コースのポイント 体力の目安 **3** 体力

ツアー名 日帰り ツアー名

コース難易度 **3** 難易度 **3**

参加条件 **あり** (電話予約のみ) 参加者〇人に1ガイド

出発日 **0月00日(土)** 参加費 **20,000円**

集合/時間 **JR大糸線・穂高駅 改札前/10:30**

● 歩行時間：①約5時間、②約5時間30分 ● 食事：朝1回・夕1回

①穂高駅 中房温泉 燕山荘 山小屋
② 燕岳 (2763m) 中房温泉 穂高駅 17:00(予定)

ツアーに含まれる食事条件

参加条件のあるツアー

ガイドレシオ 歩行ペース

※歩行時間には、食事や休憩などの時間は含まれません。歩行ペースによってより長い行動時間となります。

① マークの見方

- 好展望地
 - 温泉宿泊または立ち寄り湯あり
※下山時間によっては入浴のご案内できない場合がございます。(入浴料別)
 - 100** : 百名山
 - 200** : 二百名山
 - 300** : 三百名山
 - バス** : 往復バス使用
 - ヘルメット** : ヘルメット着用コース
 - 軽アイゼン** : 軽アイゼン6本爪以上
 - アイゼン・ピッケル** : 10本爪以上のアイゼンと縦走用ピッケル
 - スノーシュー** : スノーシュー各自持参
※レンタルはお問い合わせください。
 - ハーネス・ヘルメット** : ハーネス・ヘルメット等着用コース
 - 参加条件あり** (電話予約のみ) 参加条件付きのツアー P2「参加条件について」をご参照ください。
- テント** : テント泊コース(テントは弊社で準備します)
- 寝袋** : 寝袋持参コース
- 鎖・岩場** : 岩場あり
- : バスや立ち寄り処に不要な荷物預けが可能(コインロッカーや託送など有料の場合も含む)
- 歩** : 徒歩
- バス** : 貸切バス・タクシー・路線バスなど
- 列車**
- ゴンドラ** : ロープウェイ・ゴンドラ・リフト
- フェリー** : フェリー・高速船など
- 旅館** : 旅館・ホテル泊
- 民宿** : 民宿・ペンション泊
- 山小屋** : 山小屋泊

② ガイドレシオ(ガイド1人に対しての参加者の人数)

参加者〇人に1ガイド 当社の登山ツアーでは、コースによって、**3:1**~**7:1**のガイドレシオを予定しています。一般的に、体力度や難易度が高いコースほど、手厚いガイドレシオでご案内します。

③ 歩行ペース

歩行ペース: **歩** (ペース1)

各種講習会やネイチャーウォッチング、里山歩き、写真撮影などを主目的にしているコースです。

歩行ペース: **歩歩** (ペース2)

ガイドブック等で記される一般的なコースタイムの1.2~1.3倍程度の歩行ペースを想定しています。体力に自信がない方や、登山入門者の方おすすめのコースです。

歩行ペース: **歩歩歩** (ペース3)

標準的なペースで歩くコース。ガイドブック等で記される一般的なコースタイムと同程度のペースで歩きます。登山経験者におすすめのコースです。

④ 体力度の目安

1 体力	1日の歩行時間の目安は3時間未満。4kg~6kg程度のザックを背負い、10km程度の緩傾斜地を3時間以内で歩ける体力が必要です。	高尾山往復(1号路から)、鳩待峠から尾瀬ヶ原往復。房総・富山。
2 体力	1日の歩行時間の目安は3~5時間。6kg~8kg程度のザックを背負い、連続する標高差500mの登りを2時間以内で登れる体力が必要です。	高水三山(周回)、ヤビツ峠から大山、金時山入口から金時山。
3 体力	1日の歩行時間の目安は5~8時間。6kg~8kg程度のザックを背負い、連続する標高差1000mの登りを4時間以内で登れる体力が必要です。	河口湖口からの富士登山、丹沢・大倉バス停から大倉根根由塔ノ岳。
4 体力	1日の歩行時間の目安は8時間以上。10kg~12kg程度のザックを背負い、連続する標高差1000mの登りを4時間以内で登れる体力が必要です。	三峰口から雲取山を超え石尾根の縦走、丹沢主稜縦走。

⑤ コース難易度の目安

※無雪期における当社基準による。

難易度 1	往復コース。登山道は明瞭で、緩急は少なく、幅員も充分にある。転落の危険箇所が少ない。	歩行時間は3~5時間登高差約400mまで	上高地から徳沢往復
難易度 2	往復、周回、縦走コース。登山道は比較的明瞭で、緩急はあるが、幅員もある。転落の危険箇所が少ない。	歩行時間は5~7時間登高差約400m~800m	徳沢から蝶ヶ岳まで
難易度 3	往復、周回、縦走コース。登山道は比較的明瞭で、緩急があり、幅員が小さい箇所がある。転落の危険箇所が部分的にあり、一部に梯子やクサリ場、それに匹敵する箇所がある。	歩行時間は6~8時間登高差約800m~1,000m	横尾から槍ヶ岳まで
難易度 4	往復、周回、縦走コース。登山道はやや明瞭を欠く部分があり、緩急が大きく、幅員も小さく、一部に梯子やクサリ場、それに匹敵する箇所がある。転落の危険箇所が多い。	歩行時間は7~9時間登高差約1,000m~1,500m	横尾から滝沢経由北穂まで
難易度 5	往復、周回、縦走コース。登山道はやや明瞭を欠く部分があり、緩急が極めて大きく、幅員も小さく、梯子やクサリ場、それに匹敵する箇所が連続している。転落の危険箇所が頻繁にある。	歩行時間は8時間以上登高差約1,500m以上	別山尾根から剣岳往復

お申し込みからご出発まで

- 1 予約** お電話またはメールまたはWEBサイトにて予約を受け付けておりますので、お早めのご予約をおすすめいたします。
 - 2 旅行手続きのご案内** お電話またはメールで予約をいただいたお客様に、参加お申込書と旅行手続きのご案内をお送りいたします。※WEBサイトで予約いただいたお客様には、メールでご案内をお送りいたします。メール添付の「登山経歴に関するお伺い書」のご提出をお願いいたします。なお、お申込金が必要なツアーの場合は、WEBサイト予約の場合でも、旅行手続きのご案内をお送りいたします。
 - 3 正式なお申込み** 参加お申込書が届き次第、必要事項をご記入いただき、アルパインツアー宛てにご返送ください。お申込金が必要なツアーの場合は、ご請求書に記載のお申込金を下記銀行口座までご送金ください。
 - 4 「最終のご案内」送付**
 - 5 ご旅行代金ご送金** ご出発の約2週間~10日前頃にご旅行代金のご請求書「最終日程表」「ご集合案内」をお送りいたします。残金をご送金ください。
- ※取り消し料(裏表紙旅行条件をご参照ください。)
- ※お申し込み締切日:宿泊ツアーは出発の約2週間前、日帰りツアーは約1週間前とさせていただきます。
- ご不明な点は、当社各営業所へお気軽にお問い合わせください。

貸切バスを利用するコース

貸切バス会社名は、旅行開始日の前日までにファクシミリ又は電子メールでお知らせします。郵送でのお知らせを希望される方は、当社にお知らせください。貸切バス会社名:(株)和光輸送観光バス、(株)南街観光バス、(株)あかばしや、もっこり竹の子観光(株)または同等クラス※

※当社「貸切バス会社リスト」をご覧ください。
(当社ウェブサイト内、<http://www.alpine-tour.com/japan/bus.html>)

悪天のツアー実施について

雨天でもツアーは実施しますが、著しい悪天・荒天が予想される場合、ツアーの出発を中止する場合があります。その場合、出発日の前々日17時頃までに決定し、ブログなどに掲示し、ご参加の皆さまにはメールまたは電話でご連絡いたします。

参加条件について

一部の健脚向きコースには「参加条件」を設けています。参加条件のあるコースへのお申し込みには、出発前2年以内に当社の「日本の山」日帰りコース1回以上と山小屋泊コース1回以上、または宿泊コース2回以上のご参加が必要です。※剣岳コースは、岩稜講習会1回以上と山小屋泊コース1回以上が必要です。

ご自身の健康状態を知ることは安全管理の第一歩です

+ 日本の山健康診断のお願い **+**

ご自身の健康状態を知ることは安全管理の第一歩です

75歳以上のご参加者の方

75歳以上の方には、ご健康に支障がない旨を確認できる健康診断書等のご提出にご協力いただいております。※検診等にかかわる費用は別途必要となります。

お申込金振込先 口座名: アルパインツアーサービス(株)

東京	●三菱UFJ銀行/虎ノ門支店	【普通口座】1610094
	●みずほ銀行/新橋支店	【普通口座】0713984
	●三井住友銀行/日比谷支店	【普通口座】7227655

雪山講習会

雪山への誘い

白い雪、誰も歩いていない雪原、吹雪、張りつめた空気、凍りついた樹木、木々についたエビのしっぽ、樹氷と青空、深雪など。雪山は普段の生活とまったく違う世界となります。雪の山にもレベルがあり、時期と山により、準備する装備は変わります。あたりまえのことですが、足を置く場所はすべて雪（とければ水になる）であり、風が強ければ、体感温度が下がります。融けた雪は水となり、風に当たると水は瞬く間に凍ります。持ち物に不備があることは危険にもつながりますので、しっかり準備を整えて雪山に挑戦してください。雪山入門の山々から、何シーズンもかけて経験に応じて少しずつ山のレベルをSTEP アップすることをお勧めします。雪山講習会の講師陣が皆さまの雪山登山をサポートします。まずは机上講座からご参加ください。

公開机上講座 雪山講習会

講座内容：雪山の注意点、コースグレード、必要な装備、登山靴

- 期日：11月6日(水)、11月14日(木)、12月4日(水)、12月17日(火)
 - 会場：アルパインツアーサービス本社特設説明会場
 - 時間：19:00～20:30 ● 定員：30人 ● 最少催行人数：10人
 - 受講料：1,000円 ● 講師：武川俊二、阿波徹、中島政男ほか
- ※靴の心配がある方は会場へご自身の靴をお持ちください。
※メールまたはWEB予約でお申し込みください。
kokunai@alpine-tour.com

予約制



北横岳で樹氷に出会った

雪山参加条件について

雪山のレベルに応じて、入門・STEP1～STEP3のランク付けを行っています。各ランクの山に行くための参加条件がありますので、ご注意ください。とくにSTEP3のコースではリーダーが参加メンバーの力量を把握していることが登山の安全運行のためにとっても重要なことと考えています。

STEP1～3対象 積雪期岩稜講習会 ※STEP3に参加の方の必修講習会です。

- 最少催行人数/6人 ●1グループの定員/12人

岩場でのアイゼン歩行とピッケルの使い方、三点支持、自己ピレー、フィックスロープの行動等を中心にトレーニングします。アイゼンの正しい使い方を学ぶことができる講習会ですので、STEP1やSTEP2にご参加の方や、アイゼン初心者の方もご参加下さい。

【必要装備】10本爪以上のアイゼン、ピッケル、ハーネス、ヘルメット、還付カラビナ(HMSタイプ)×2枚、スリング60cm×120cm×各2本、革手袋等



積雪期 岩稜講習会

鷹取山・積雪期岩稜講習会 日帰り

2体力
難易度2
歩行ペース：☆

【ハーネスヘルメット アイゼンピッケル】

参加者4人に1ガイド

鷹取山は「湘南妙義」の異名があり、石切場跡の岩壁が岩登りのゲレンデになっています。

出発日 12月1日(日)、2020年1月26日(日)、2月16日(日)、3月8日(日)

参加費 15,000円 集合/時間 京急・追浜駅 改札前/8:40

●講習：約5時間 ●食事：昼食は行動食をご持参ください。

追浜駅 鷹取山 追浜駅 15:00～16:00(予定)

積雪期 岩稜講習会

日和田山・積雪期岩稜講習会 日帰り

2体力
難易度2
歩行ペース：☆

【ハーネスヘルメット アイゼンピッケル】

参加者4人に1ガイド

日和田山中腹に男岩・女岩の岩場があり、古くから岩登りのゲレンデになっています。

出発日 12月7日(土)、2020年1月11日(土)、2月8日(土)

参加費 15,000円 集合/時間 西武線・高麗駅改札前/8:10

●講習：約5時間 ●食事：昼食は行動食をご持参ください。

高麗駅 日和田山(男岩・女岩) 高麗駅 15:00～16:00(予定)

入門 ※雪山が初めての方向け

夏山登山経験があること、または同等の体力やスポーツ経験があること。
必要装備：□登山靴(布製ハイキングシューズは不可) □レインウェア(防水透湿性の高いもの) □6本爪軽アイゼン □ダブルストック □防寒手袋 □目出帽など

STEP1とSTEP2

日頃から登山を行い、夏山縦走経験があること、または同等の体力があること。
必要装備：□冬用登山靴 □10本爪以上アイゼン □ピッケル・ストック □雪用アウター上下 □コースによっては登山用スノーシュー □雪用グローブ式 □ゴーグル □コースによってはヘルメット・ハーネスなどの登攀用具

STEP3

出発日の過去2年以内に当社の企画する「雪山講習会STEP1～STEP2」の宿泊コースに1回以上のご参加経験があり、昨シーズン以降、積雪期岩稜講習会に1回以上参加することが必要です。

STEP1～3対象 雪上技術基礎講習会

- 最少催行人数/10人 ●1グループの定員/15人

雪上技術を講習

富士山六合目・雪上講習 2日間

2体力
難易度2
歩行ペース：☆

【ハーネスヘルメット アイゼンピッケル】

参加者5人に1ガイド

初冬の富士山で総合的な雪山技術を学びます。佐藤小屋から5合目～6合目周辺での講習会ですので、初級者の方もご参加いただけます。

出発日 12月14日(土)

参加費 39,000円

集合/時間 富士急行線・富士山駅 改札口/10:00



雪上講習風景・基本的なアイゼンとピッケルの使い方

備考 講習項目：雪上歩行、ピッケル・アイゼンワーク、耐風姿勢、ツェルトワーク等

●歩行時間：①約2時間30分 ②約4時間(講習時間は除く) ●食事：朝1回・夕1回

①富士山駅 馬返し(1450m) 雪山講習 佐藤小屋(2230m) 山頂

②六合目雪上講習 馬返し 富士山駅 17:00～18:00(予定)

雪山講習会 (STEP1)

【各コース共通】●最少催行人数/10人(日帰り12人) ●1グループの定員/15人(日帰りは18人)

豪雪の谷川岳へ

天神平から谷川岳 2日間

100 アイゼン・ピッケル

2体力
難易度3
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

初日は天神尾根上で雪上トレーニングを実施します。2日目に天神尾根から谷川岳山頂をピストンします。



▲谷川岳でアイゼン、ピッケルの使い方を学ぶ

出発日 11月30日(土)、2020年3月28日(土)

参加費 42,000円

集合/時間 谷川岳ベースプラザ切符売場前/9:30

- 歩行時間: ①約1時間(講習の時間を除く)、②約4時間30分
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①谷川岳ロープウェイ 百天神平(雪上トレーニング) 百谷川岳ロープウェイ
冬土合民園 ②冬谷川岳ロープウェイ 百天神平(1319m) 冬熊六沢避難小屋
冬谷川岳(トモノ耳・1963m) 冬天神平 百谷川岳ロープウェイ 冬16:00(予定)

年末山行・冬の北アルプスの稜線へ

北アルプス・燕岳 3日間

200 アイゼン・ピッケル スノーシュー

3体力
難易度3
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

北アルプスでも人気の燕岳を目指します。冬期ゲート前からの長いアプローチや、深雪のラッセル、稜線の烈風を経験してみましょう。稜線上で天候に恵まれれば銀世界となった北アルプスが望めます。



▲合戦尾根上部から燕山荘と燕岳

出発日 12月21日(土)、2020年4月25日(土)

参加費 64,000円

集合/時間 JR大糸線・穂高駅 改札前/10:30

- 歩行時間: ①約5時間、②約6時間30分、③約8時間
- 食事: 朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

①穂高駅 冬宮城ゲート(770m) 冬中房温泉(1462m) 冬 ②冬合戦尾根 冬燕山荘(2680m)
冬燕岳(2763m) 冬燕山荘 冬 ③冬中房温泉 冬宮城ゲート 冬穂高駅 冬18:00(予定)

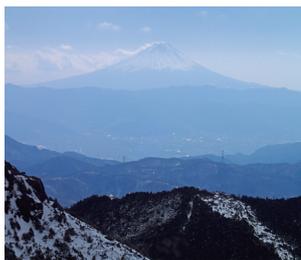
新年登山 雪の富士山を間近に望む

金峰山 2日間

100 アイゼン・ピッケル

2体力
難易度2
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

日本百名山の他、新日本百名山、山梨百名山にも選出されている名峰。山上の金峰山小屋は新年は特別営業中です。山頂では目の前に富士山をはじめ、360度の展望が広がります。



▲金峰山から見た富士山

出発日 2020年1月11日(土)

参加費 44,000円

集合/時間 JR中央線・小淵沢駅 改札前/9:10

- 歩行時間: ①約3時間30分、②約3時間30分
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①小淵沢駅 冬廻り目平(1570m) 冬金峰山小屋(2440m) 冬 ②冬金峰山(2595m) 冬金峰山小屋 冬廻り目平 冬小淵沢駅 冬15:00(予定)

銀世界の南東北の名山へ

安達太良山 2日間

100 アイゼン・ピッケル

2体力
難易度2
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

積雪期の東北の山で通年営業の山小屋は寒さや風の厳しい雪山登山において本当に助かります。南東北を代表する百名山へアイゼンで登ります。念入りの防風防寒対策が必要です。



▲風雪で凍てつく安達太良山

出発日 2020年1月18日(土)、3月7日(土)

参加費 39,000円

集合/時間 郡山駅 改札前/10:00

- 歩行時間: ①約2時間、②約3時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①郡山駅 冬奥岳温泉(960m) 冬勢至平分岐 冬くろがね小屋(1350m) 冬 ②冬峰の辻
冬安達太良山(1699m) 冬薬師岳 冬奥岳温泉(960m) 冬郡山駅 冬16:00~18:00(予定)

アイゼン・ピッケル初歩

北八ヶ岳・北横岳 日帰り

100 アイゼン・ピッケル

2体力
難易度2
歩行ペース: 冬冬冬
参加者6人に1ガイド

初めて10本爪以上のアイゼンやピッケルを使う方に最適なコースです。装着方法を学び、実践を通してアイゼンのピッケルに慣れましょう。



▲南八ヶ岳をバックに登る

出発日 12月14日(土)
2020年1月19日(日)、2月2日(日)、
3月7日(土)

参加費 17,800円

集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前/6:50

- 歩行時間: 約3時間30分
- 食事: 行動食をご持参ください。

新宿 冬北八ヶ岳ロープウェイ山麓駅 冬山頂駅(2237m) 冬坪庭 冬北横岳
冬ヒュッテ 冬北横岳(2473m) 冬坪庭 冬山頂駅 冬山麓駅 冬新宿 冬19:00(予定)

北八ヶ岳の名峰に登る

黒百合ヒュッテから天狗岳 2日間

200 アイゼン・ピッケル

3体力
難易度3
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

黒百合ヒュッテから天狗岳を往復する雪山定番コース。寒さと風の厳しい条件下での雪山実践講習で、アイゼン歩行、ピッケルの使い方をさらなる習熟を目指します。



▲西天狗から東天狗へ

出発日 12月21日(土)
2020年3月14日(土)

参加費 39,000円

集合/時間 茅野駅 改札前/9:30

- 歩行時間: ①約2時間30分、②約5時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①茅野駅 冬渋ノ湯(1850m) 冬黒百合ヒュッテ(2400m) 冬山頂
②冬天狗岳(2646m) 冬黒百合ヒュッテ 冬渋ノ湯 冬茅野駅 冬18:00(予定)

急傾斜でのピッケルワーク

赤城山・黒檜山 日帰り

100 アイゼン・ピッケル

2体力
難易度2
歩行ペース: 冬冬冬
参加者6人に1ガイド

雪の急傾斜の登下降を通して、フラットフットイングやピッケルの突き方を体得します。雪山では転倒しないことが基本です。



▲黒檜山頂上から尾瀬・日光方面の山岳展望

出発日 2020年1月18日(土)、2月15日(土)、
3月1日(日)

参加費 15,800円

集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前/6:50

- 歩行時間: 約3時間30分
- 食事: 行動食をご持参ください。

新宿 冬黒檜山登山口(1369m) 冬黒檜山(1827m) 冬駒ヶ岳 冬ビジター
冬センター(1365m) 冬新宿 冬19:00(予定)

本格的雪山へ ピッケル&アイゼン入門

赤岳鉱泉から硫黄岳 2日間

100 アイゼン・ピッケル

3体力
難易度3
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

美濃戸口入山し、北沢より赤岳鉱泉周辺で雪上トレーニングを行います。2日目に硫黄岳を往復します。赤岩の頭から上部では雪の岩稜歩行となります。悪天候のときは赤岩の頭から下山します。



▲硫黄岳山頂から赤岳(中央)

出発日 2020年1月25日(土)

参加費 42,000円

集合/時間 茅野駅 改札前/9:30

- 歩行時間: ①約4時間、②約6時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①茅野駅 冬美濃戸口 冬赤岳鉱泉(2210m) 冬山頂
②冬硫黄岳(2760m) 冬赤岳鉱泉 冬美濃戸口 冬茅野駅 冬16:00(予定)

雪山講習会 (STEP1)

【各コース共通】●最少催行人数／10人(日帰り12人) ●1グループの定員／15人(日帰り18人)

冬のテント泊で奥秩父・雪をまとった岩峰へ

瑞牆山 2日間

100 アイゼン・ピッケル テント 寝袋

花崗岩の岩峰が並び立つ瑞牆山。山頂近くに岩場があり、初日はアイゼン講習を行います。テントはパーティで共用しますから、雪山のテント泊が初めての方も安心です。



▲雪をまとった瑞牆山

出発日 2020年2月1日(土)
参加費 33,000円
集合/時間 蕪崎駅 改札前/9:30
●歩行時間：②約5時間
●食事：なし(各自)

- 蕪崎駅 瑞牆山荘(1520m) 富士見平(1816m) 蕪崎
- 瑞牆山(2230m) 富士見平 瑞牆山荘 蕪崎駅 15:00(予定)

2 体力
難易度 3
歩行ベース：☆☆☆
参加者6人に1ガイド

厳冬の短期間限定 氷瀑を間近に望む

雲竜溪谷・雲竜瀑 日帰り

100 ヘルメット アイゼン・ピッケル

氷の宮殿ともいえる雲竜溪谷の奥部に雲竜瀑があります。冬期の短い時期だけに凍結し、氷の巨大な滝の塊が出現します。滝の直前で補助ロープを使用し、滝壺まで往復します。



▲氷の回廊・雲竜溪谷

出発日 2020年2月1日(土)
参加費 15,000円
集合/時間 東武日光線・東武日光駅/8:30
●歩行時間：約6時間
●食事：行動食をご持参ください。

- 東武日光駅 瀧尾神社 洞門岩 雲竜瀑(現地事情により行動範囲は変わります。) 瀧尾神社 東武日光駅 17:00~19:00(予定)

3 体力
難易度 3
歩行ベース：☆☆☆
参加者5人に1ガイド

冬の八ヶ岳主稜線に泊まる

根石岳山荘から天狗岳 2日間

200 アイゼン・ピッケル

八ヶ岳の主稜線、箕冠山と根石岳の鞍部に建つ根石岳山荘。展望のよい稜線からは八ヶ岳連峰の峰々をはじめ、遠く槍穂高連峰まで望めます。条件に恵まれれば、雲海の上にご来光を見ることもできます。



▲根石岳山荘から登る天狗岳

出発日 2020年2月8日(土)
参加費 42,000円
集合/時間 茅野駅 改札前/9:30
●歩行時間：①約3時間、②約5時間
●食事：朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- 茅野駅 根石岳山荘(1900m) 夏沢鉦泉 オールン小屋 箕冠山 根石岳山荘 山頂
- 根石岳 天狗岳(2646m) 黒百合平 渋の湯(1850m) 茅野駅 16:00(予定)

3 体力
難易度 3
歩行ベース：☆☆☆
参加者5人に1ガイド

岩稜帯でのアイゼンワークと耐風技術を学ぶ

那須・茶臼岳 日帰り

100 アイゼン・ピッケル

峰の茶屋付近は強風で雪が飛ばされて岩が露出します。雪と岩のミックス状態でのアイゼン、ピッケルの使い方を実践的に学びます。



▲茶臼岳山頂(バックに会津の山々)

出発日 2020年2月9日(日)、
2月29日(土)
参加費 16,800円
集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前/6:50
●歩行時間：約5時間
●食事：行動食をご持参ください。

- 新宿 大丸駐車場(1270m) 峠の茶屋 峰の茶屋 那須・茶臼岳(1915m) 峰の茶屋 大丸駐車場 新宿 19:00(予定)

2 体力
難易度 2
歩行ベース：☆☆☆
参加者6人に1ガイド

秋田県側から樹氷の雪原を登る

八幡平 2日間

100 スノーシュー

初日は後生掛温泉から雪に閉ざされた大湯沼でスノーシュー講習を行います。秘湯・後生掛温泉に泊まって、翌日は樹氷の間を縫って、豪雪の八幡平に登ります。



▲心地よいパウダースノーの雪原を八幡平頂上へ

出発日 2020年2月22日(土)
参加費 42,000円
集合/時間 盛岡駅 南改札前/10:10
●歩行時間：①約1時間、②約5時間
●食事：朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- 盛岡駅 後生掛温泉 秋田八幡平スキー場 山上駅(1190m) 蒸ノ湯 八幡平(1613m) 秋田八幡平スキー場(990m) 盛岡駅 20:00(予定)

3 体力
難易度 2
歩行ベース：☆☆☆
参加者5人に1ガイド

クラシックルート・刈田岳から熊野岳へ

蔵王縦走 2日間

100 スノーシュー

クラシックルート「蔵王越え」へ。刈田岳から熊野岳へと続く雪原を、飯豊連峰、朝日連峰、月山、鳥海山など東北の名峰を眺めながら歩く全長約10kmの縦走コースです。



▲蔵王のスノーモンスター

出発日 2020年2月29日(土)
参加費 49,000円
集合/時間 仙台駅東口 観光・送迎バス乗り場/10:30
●歩行時間：②約4時間
●食事：朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- 仙台駅 みやぎ蔵王えびしスキー場 スノーシュー講習 遠刈田温泉
- すみかわスノーパーク(1090m) 刈田岳(1758m) 馬の背 熊野岳(1841m) 地蔵山頂駅(1661m) 蔵王ロープウェイ 山形駅 17:00(予定)

広がる山頂雪原

会津駒ヶ岳 2日間

100 アイゼン・ピッケル スノーシュー

雪も落ち着く春先に日帰りで往復します。会津駒ヶ岳の山頂周辺は広々とした雪面となり、晴天時には上越や尾瀬の山々の展望が広がります。



▲会津駒ヶ岳山上の雪原と奥に燧ヶ岳

出発日 2020年4月4日(土)
参加費 42,000円
集合/時間 野岩鉄道・会津高原尾瀬口駅/10:50
●歩行時間：②約7時間 ●食事：朝1回・夕1回

- 会津高原尾瀬口駅 桜枝岐 駒ヶ岳登山口(917m) 駒の小屋(2056m) 会津駒ヶ岳(2132m) 駒の小屋 駒ヶ岳登山口 会津高原尾瀬口駅 18:00(予定)

3 体力
難易度 3
歩行ベース：☆☆☆
参加者6人に1ガイド

樹氷のモンスター

八甲田山と酸ヶ湯温泉 3日間

100 アイゼン・ピッケル スノーシュー

日本有数の豪雪地であり、季節風とあいまってオオシラビソ(アオモリトドマツ)の樹氷が発達した、ビッグ・モンスターは日本最大級の威容を見せます。



▲山頂公園から見た八甲田山

出発日 2020年4月10日(金)
参加費 62,000円
集合/時間 新青森駅 改札前(11:30)、青森空港(12:00)
●歩行時間：②約5時間
●食事：朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

- 青森 酸ヶ湯温泉 仙人岱 大岳(1585m) 山頂公園(1310m) 八甲田山麓 酸ヶ湯温泉
- ※登頂予備日 青森 17:00~18:00(予定)

雪山講習会 (STEP2)

【各コース共通】●最少催行人数/10人 ●1グループの定員/15人

冬のスタートにアイゼン・ピッケルのトレーニング

立山 雪上講習 2日間

100 ハーネスヘルメット アイゼン・ピッケル

アルペンルート閉鎖前、新雪の立山へ。雪上歩行、アイゼン・ピッケルワークを実際の歩行を通して講習します。

出発日 11月23日(土)

参加費 40,000円

集合/時間 室堂ターミナル/14:30

備考 ①ご参加にはビーコンが必要です。レンタルは3,300円(要事前申込)

- 歩行時間: ②約5時間30分
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①室堂(2422m) ②雪上講習 ③室堂山荘(2450m) 山廻り
- ④一ノ越 ⑤雄山(3003m) ⑥一ノ越 ⑦室堂 ⑧15:00(予定)



▲実際の行動を通して歩行技術を身に着ける(背景は雄山)

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

本格的雪山へ

木曾駒ヶ岳 2日間

100 ハーネスヘルメット アイゼン・ピッケル

短いアプローチで3000m級の頂上に立てる木曾駒ヶ岳。降雪時期が早いので雪山シーズンはじめの雪山技術訓練の山としても適しています。

出発日 12月7日(土)、2020年1月18日(土)

参加費 40,000円

集合/時間 駒ヶ根駅 改札前/10:55

- 歩行時間: ②約5時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①駒ヶ根駅 ②菅の台 ③しらび平 ④千畳敷で雪上講習 ⑤ホテル千畳敷(2652m) 山廻り ⑥乗越浄土 ⑦木曾駒ヶ岳(2956m) ⑧乗越浄土 ⑨千畳敷 ⑩しらび平 ⑪菅の台 ⑫駒ヶ根駅 ⑬16:00(予定)



▲千畳敷カールから見上げる宝剣岳

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

南アルプス前衛の山

鳳凰山 3日間

100 アイゼン・ピッケル

南御室小屋2泊で鳳凰山を往復します。アイゼン歩行、ピッケルの使い方に慣れ、細心の注意をはらって歩きます。雪をいただく南アルプスの山なみが間近に迫り圧巻です。

出発日 2020年1月11日(土)

参加費 64,000円

集合/時間 甲府駅 改札前/6:00

- 歩行時間: ①約8時間、②約7時間、③約6時間
- 食事: 朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①甲府駅 ②芦安・山の神ゲート(910m) ③夜叉神峠 ④杖立峠 ⑤南御室小屋(2420m) 山廻り ⑥薬師岳(2780m) ⑦観音岳(2840m) ⑧地蔵岳オベリスク基部(2700m) ⑨南御室小屋 山廻り ⑩夜叉神峠 ⑪山の神ゲート ⑫甲府駅 ⑬16:00(予定)



▲観音岳を目指す

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

上越国境の豪雪地帯の深山

上州武尊山 2日間

100 アイゼン・ピッケル スノーシュー

リフトを使って樹林限界付近からスタート。剣ヶ峰の雪稜と岩場を越え、比較的緩やかな雪原の登りで山頂に至ります。

出発日 2020年2月1日(土)、2月15日(土)

参加費 44,000円

集合/時間 ①上越新幹線・上毛高原駅改札前/9:00
②JR沼田駅/9:20

- 歩行時間: ②約4時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①上毛高原駅 ②沼田駅 ③武尊山周辺・雪上講習 ④川場 山廻り ⑤川場スキー場 ⑥リフト終点(1860m) ⑦剣ヶ峰山 ⑧沖武尊(2158m) ⑨剣ヶ峰 ⑩リフト終点 ⑪川場スキー場 ⑫上毛高原駅 ⑬沼田駅 ⑭18:00~19:00(予定)



▲剣ヶ峰付近から上州武尊山

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

美しい山容の諏訪富士

蓼科山 日帰り

100 アイゼン・ピッケル

八ヶ岳、霧ヶ峰、北アルプスの展望に優れた蓼科山。急登が連続する雪道で、アイゼン歩行技術の向上が期待できます。

出発日 2020年2月8日(土)、3月1日(日)

参加費 18,000円

集合/時間 茅野駅 改札前/9:30

- 歩行時間: 約4時間30分
- 食事: 行動食をご持参ください。

- 茅野駅 ②女神茶屋登山口(1720m) ③蓼科山(2530m) ④すずらん峠 ⑤茅野駅 ⑥18:00(予定)



▲蓼科山展望台(背景に北アルプスの連なり)

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

経験者向け縦走コース 雪のついた岩稜歩き

硫黄岳から天狗岳 3日間

200 ハーネスヘルメット 鎖・岩場 アイゼン・ピッケル

美濃戸口から赤岳鉱泉経由、硫黄岳へ。夏沢峠から根石岳から天狗岳へと縦走する、雪山中級者向けの積雪期縦走コースです。黒百合平から渋ノ湯へ下山します。

出発日 2020年2月22日(土)

参加費 60,000円

集合/時間 茅野駅 改札前/9:30

- 歩行時間: ①約4時間、②約7時間、③約5時間
- 食事: 朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①茅野駅 ②美濃戸口 ③赤岳鉱泉(2210m) 山廻り ④硫黄岳 ⑤夏沢峠 ⑥根石岳山荘(2425m) 山廻り ⑦根石岳(2603m) ⑧天狗岳(2646m) ⑨黒百合平 ⑩渋ノ湯(1850m) ⑪茅野駅 ⑫16:00(予定)



▲根石岳山荘から天狗岳へ

3 体力
難易度 4
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

関東以北の最高峰 急な雪のスロープを登る

日光白根山 2日間

100 アイゼン・ピッケル スノーシュー

ロープウェイを使って比較的アプローチしやすく、条件次第で深いラッセルになることもあります。山頂からは上越国境はじめ、男体山や赤城連山などの展望が広がります。

出発日 2020年3月14日(土)

参加費 44,000円

集合/時間 ①上越新幹線・上毛高原駅改札前/9:00
②JR沼田駅/9:20

- 歩行時間: ②約6時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①上毛高原駅 ②沼田駅 ③丸沼高原周辺で雪上講習 ④丸沼高原 山廻り
- ⑤山麓駅 ⑥山頂駅(2000m) ⑦日光白根山(2578m) ⑧山頂駅 ⑨山麓駅 ⑩上毛高原駅 ⑪沼田駅 ⑫18:00~19:00(予定)



▲ロープウェイ山頂駅から見た日光白根山

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

会津にそびえる秀峰

磐梯山と猫魔ヶ岳 2日間

100 アイゼン・ピッケル スノーシュー

初日は雪稜越しに磐梯山や吾妻連峰、飯豊連峰の展望が広がる猫魔ヶ岳で足慣らしをし、翌日は猪苗代側からの雪と岩が交じるミックス帯の急登を経て磐梯山を往復します。

出発日 2020年3月20日(金)

参加費 49,000円

集合/時間 郡山駅 改札前/9:00

- 歩行時間: ①3時間30分、②5時間
- 食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

- ①郡山駅 ②猫魔ヶ岳スキー場 ③リフト上(1330m) ④猫魔ヶ岳(1404m) ⑤猫魔ヶ岳八方台 ⑥猫魔ヶ岳スキー場(1030m) ⑦猪苗代 山廻り ⑧猪苗代リゾートスキー場 ⑨ゴンドラ上(1180m) ⑩磐梯山(1819m) ⑪ゴンドラ上 ⑫猪苗代リゾートスキー場 ⑬郡山駅 ⑭18:00(予定)



▲猫魔ヶ岳から望む磐梯山

3 体力
難易度 3
歩行ペース: ④⑤⑥
参加者5人に1ガイド

雪山講習会 (STEP2)

【各コース共通】●最少催行人数/10人 ●1グループの定員/15人

雪の3000m峰へ

乗鞍岳 2日間

100 (アイゼン・ピッケル) スノーシュー

乗鞍山頂一帯は遮るものない雪原が広がります。標高3000mを超える山岳では気象状況が激しく、さまざまな状況に対処できる雪山技術が重要になります。

3 体力
難易度 **3**
歩行ペース: 4:45
参加者5人に1ガイド

▲乗鞍岳位ヶ原の上部に広がる雪原

出発日 2020年3月28日(土)
参加費 44,000円
集合/時間 松本駅 中央改札前/9:50

●歩行時間: ①約3時間、②約9時間
●食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①松本駅 乗鞍高原(1500m) 百スキー場トップ(2000m) 位ヶ原山荘(2350m) 山頂
②位ヶ原山荘 乗鞍岳(3026m) 位ヶ原山荘 スキー場トップ 乗鞍高原 松本駅 19:00(予定)

積雪期の北アルプスへ

焼岳 2日間

100 (ヘルメット) (アイゼン・ピッケル) スノーシュー

樹林帯の登り、樹林限界を越えた雪原、稜線直下の雪の急斜面。長いアプローチを経て穂高連峰や乗鞍岳、笠ヶ岳など展望抜群の山頂へ。

4 体力
難易度 **3**
歩行ペース: 4:45
参加者5人に1ガイド

▲焼岳山上から奥穂高岳と上高地を望む

出発日 2020年4月4日(土)
参加費 46,000円
集合/時間 松本駅 中央改札前/10:30

●歩行時間: ②約8時間
●食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①松本駅 中ノ湯周辺で雪上講習 中ノ湯(1500m) 山頂
② 焼岳(2455m) 中ノ湯 松本駅 18:00~20:00(予定)

槍・穂高連峰のパノラマがひろがる名峰

常念岳 2日間

100 (アイゼン・ピッケル)

安曇野からひとときよく見える端正な山、常念岳。残雪期は山頂から雪に覆われた槍・穂高連峰の絶景が魅力です。

3 体力
難易度 **3**
歩行ペース: 4:45
参加者5人に1ガイド

▲常念岳からの展望

出発日 2020年5月2日(土)
参加費 42,000円
集合/時間 松本駅 中央改札前/9:50

●歩行時間: ①約4時間30分、②約5時間30分
●食事: 朝1回・夕1回

①松本駅 一ノ沢(1200m) 常念小屋(2680m) 山頂
② 常念岳(2763m) 一ノ沢 松本駅 17:00(予定)

秋田・山形県境にそびえる庄内の名峰

鳥海山 2日間

100 (アイゼン・ピッケル)

一面たっぶりの雪に埋め尽くされた鳥海山。七高山から望む外輪山地形と新山の荒々しい景観、日本海の海岸線と見ごたえがあります。

3 体力
難易度 **3**
歩行ペース: 4:45
参加者6人に1ガイド

▲祓川から残雪の鳥海山

出発日 2020年5月2日(土)
参加費 46,000円
集合/時間 新庄駅 改札前/11:10

●歩行時間: ②約6時間
●食事: 朝1回・夕1回

①新庄駅 祓川周辺で雪上講習 鳥海山(2229m) 山頂
② 祓川 七ツ釜避難小屋 鳥海山・七高山(2229m) 七ツ釜避難小屋 祓川 新庄駅 17:00(予定)

雪山講習会 (STEP3)

【各コース共通】●最少催行人数/6人 ●1グループの定員/9人 参加条件についてはカタログP4に記載しています。

黒戸尾根から冬の甲斐駒へ

甲斐駒ヶ岳(黒戸尾根) 3日間

100 (ハーネス/ヘルメット) (鎖・岩場) (アイゼン・ピッケル)

標高差2200mを登って甲斐駒ヶ岳へ。長大な黒戸尾根から七丈小屋2泊で登頂します。

4 体力
難易度 **5**
歩行ペース: 4:45
参加者3人に1ガイド

参加条件あり(電話予約のみ)

▲雪の甲斐駒ヶ岳

出発日 2020年3月13日(金)
参加費 98,000円
集合/時間 韮崎駅 改札口前/6:30

●歩行時間: ①約7時間、②約4時間、③約4時間
●食事: 朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

①韮崎駅 竹宇駒ヶ岳神社(750m) 黒戸尾根 刀利天狗 七丈小屋(2400m) 山頂
② 甲斐駒ヶ岳(2967m) 七丈小屋 山頂
③ 黒戸尾根 竹宇駒ヶ岳神社 韮崎駅 15:00(予定)

雪のハケ岳最高峰 地蔵尾根～文三郎尾根の周回ルート

南八ヶ岳・赤岳 2日間

100 (ハーネス/ヘルメット) (鎖・岩場) (アイゼン・ピッケル)

頂上近くの岩稜では確実なアイゼン歩行技術が必要です。

4 体力
難易度 **4**
歩行ペース: 4:45
参加者3人に1ガイド

参加条件あり(電話予約のみ)

▲快晴の赤岳山頂

出発日 2020年3月28日(土)
参加費 55,000円
集合/時間 茅野駅 改札口前/9:30

●歩行時間: ①約4時間、②約8時間
●食事: 朝1回・夕1回(昼食は行動食をご持参ください)

①茅野駅 美濃戸口(1482m) 雪上講習 赤岳(2350m) 山頂
② 赤岳(2899m) 行者小屋 美濃戸口(1482m) 茅野駅 18:00(予定)

雪の後立山連峰

白馬岳 3日間

100 (ハーネス/ヘルメット) (アイゼン・ピッケル)

主稜線の急斜面やヤセ尾根通過など、雪山テクニクの集大成としてご参加ください。

4 体力
難易度 **4**
歩行ペース: 4:45
参加者3人に1ガイド

参加条件あり(電話予約のみ)

▲小蓮華山手前から白馬三山を望む

出発日 2020年5月4日(月)
参加費 95,000円
集合/時間 長野駅 改札前/9:30

●歩行時間: ①約1時間30分、②約8時間、③約5時間
●食事: 朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

①長野駅 梅池高原 自然園(1829m) 梅池自然園(1860m) 山頂
② 小蓮華山 白馬岳(2933m) 白馬山荘(2830m) 山頂
③ 白馬岳 小蓮華山 自然園 梅池高原 長野駅 17:00(予定)

雪の槍沢をつめて槍ヶ岳へ

槍ヶ岳 3日間

100 (ハーネス/ヘルメット) (鎖・岩場) (アイゼン・ピッケル)

最後はハシゴを一段一段と慎重に登って槍の穂先に立ちます。

4 体力
難易度 **4**
歩行ペース: 4:45
参加者3人に1ガイド

参加条件あり(電話予約のみ)

▲槍沢上部から槍ヶ岳山荘と槍ヶ岳

出発日 2020年5月15日(金)
参加費 80,000円
集合/時間 上高地バスターミナル前/13:00

●歩行時間: ①約3時間、②約7時間、③約7時間
●食事: 朝2回・夕2回(昼食は行動食をご持参ください)

①上高地(1500m) 横尾山荘(1620m) 山頂 槍ヶ岳山荘(3180m) 槍ヶ岳山荘(3060m) 山頂 槍ヶ岳 上高地 15:00(予定)

コースの詳細はホームページでもご覧いただけます。 [アルパインツアー日本の山](#) (検索) 9

雪の立山スペシャル

期間

5月8日(金・夜)~
5月10日(日)

参加費用

42,800円~
49,800円(新宿発着)

ご参加にはビーコンが必要です

残雪期および新雪期の立山の入山には、立山室堂地区山岳スキー等安全指導要綱により、雪崩ビーコンの携行が義務づけられています。(レンタルは要事前申込・代金3,300円・台数限定)



●ツアーのポイント●

アルペンルート開通で春の立山シーズンが到来します。5月連休の立山はまだまだ一面の銀世界。それぞれ経験と体力に合わせて選べる4コースに分かれて春山を満喫しましょう。

らいちよう温泉 雷鳥荘
標高2400m、立山室堂平に建つ山小屋。源泉かけ流しの展望浴場があります。



【各コース共通】●最少催行人数/Aコース:12人、B・C・Dコース:10人 ●1グループの定員/Aコース:18人、B・C・Dコース:15人

雪山講習会(入門) 雪の初心者でも楽しめる、スノーシューハイキングと温泉

2 体力
難易度 2
3日 間
歩行ペース: 冬冬
参加者6人に1ガイド

A コース 立山室堂スノーハイク

軽アイゼン(6時間以上) スノーシュー

雪壁の高さ15m以上に及ぶ雪の大谷を散策したあと、整備された遊歩道を離れて一面の雪原をスノーシューで歩きましょう。雪の立山と室堂平の眺望が広がる中、プチ雪山登山で室堂山山頂に登ります。



▲室堂山で広がる北アルプスの大展望

参加費 42,800円
30,800円(室堂集合)

集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前 /23:00

- 歩行時間: ①約6時間、②約2時間
- 食事: 朝1回・夕1回

- ①新宿(車中泊)
- ②室堂(8:45) 雪の大谷 ノー越 室堂 らいちよう温泉・雷鳥荘(山)
- ③室堂山(2675m) 室堂 新宿(21:30(予定))

雪山講習会(SETP1) 今シーズンにピッケル・アイゼンデビューした方にお勧めの剣岳展望コース

B コース 別山3日 間
3 体力
難易度 2
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

アイゼン・ピッケル

雷鳥平から雪の斜面を別山乗越に続く稜線に立ち、稜線伝いに別山に登頂します。雪で覆われた剣沢越しに、剣岳が圧倒的な迫力で目の前に迫ります。



▲別山では剣岳南面の雄姿が目前に広がります。(写真は奥から剣岳、別山、真砂岳)

参加費 49,800円
37,800円(室堂集合)

集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前 /23:00

- 歩行時間: ①約5時間30分、②約2時間
- 食事: 朝1回・夕1回

- ①新宿(車中泊)
- ②室堂(8:45) 雷鳥平 別山(2880m) らいちよう温泉・雷鳥荘(山)
- ③室堂山(2675m) 室堂 新宿(21:30(予定))

雪山講習会(SETP2) 雪の百名山に登頂する雪の立山スペシャルメインコース

3 体力
難易度 3
3日 間
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

C コース 雄山3日 間

ハーネスヘルメット アイゼン・ピッケル

立山連峰の主峰・雄山に登頂する、雪の立山スペシャルのメインコースです。緩やかに雪の斜面をノケ越。そこから岩と雪交じり急斜面を登って雄山に登頂します。山頂では後立山連峰や槍ヶ岳など雪に覆われた北アルプスの山々を見渡します。



▲雪の雄山に登頂

参加費 49,800円
37,800円(室堂集合)

集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前 /23:00

- 歩行時間: ①約6時間、②約2時間
- 食事: 朝1回・夕1回

- ①新宿(車中泊)
- ②室堂(8:45) 雄山(3003m) らいちよう温泉・雷鳥荘(山)
- ③室堂山(2675m) 室堂 新宿(21:30(予定))

雪山講習会(SETP2) 雪山経験者にお勧めのコース。広大な雪の斜面から雪越へ

D コース 奥大日岳3日 間
3 体力
難易度 3
歩行ペース: 冬冬冬
参加者5人に1ガイド

ハーネスヘルメット アイゼン・ピッケル

雷鳥平から新室堂乗越の稜線へ。雪庇を避けるコースを取りながら奥大日岳(2611m)を往復します。山頂では東大谷から突き上げる峻険な剣岳西面と立山連峰や弥陀ヶ原を一望する展望が広がります。



▲室堂から広大な雪のスロープを登り、剣岳西面を望む雪越を登ります。

参加費 49,800円
37,800円(室堂集合)

集合/時間 新宿西口明治安田生命ビル前 /23:00

- 歩行時間: ①約5時間、②約2時間
- 食事: 朝1回・夕1回

- ①新宿(車中泊)
- ②室堂(8:45) 奥大日岳(2611m) らいちよう温泉・雷鳥荘(山)
- ③室堂山(2675m) 室堂 新宿(21:30(予定))

[各コース共通] ●最少催行人数/12人 ●1グループの定員/16人

尾鷲と大台ヶ原を結ぶ長大な参詣道を歩く

大台ヶ原から尾鷲道縦走 2日間

●新企画 ●登山 ●徒歩

3体力
難易度3
歩行ペース: 歩歩歩
参加者6人に1ガイド

尾鷲から大台ヶ原の大台教会へ参拝するための参詣道として栄えた尾鷲道。長い間廃道となっていたが近年復活。25km以上の道中には産業遺産が見られ、大峯山脈や紀伊山地の山並みを望めます。



▲台高山脈と呼ばれる奥深い紀伊の山を歩く

出発日 11月9日(土) 参加費 39,000円

集合/時間 近鉄・橿原神宮前駅/11:00

- 歩行時間: ①約1時間、②約8時間30分 ●食事: 朝1回・夕1回
- 交通(参考): 東京7:13-〈新幹線〉-京都9:31/9:45-〈近鉄〉-橿原神宮前10:41

- ①橿原神宮前駅 大台山上駐車場(1570m) 大台ヶ原・日出ヶ岳(1695m) 心・湯治館
- ②尾鷲道 マブシ峯 木組峠 又口辻 クチスボ貯水池(120m) 尾鷲駅 18:00(予定)

滝尻王子から熊野本宮大社へ2泊3日で踏破します

熊野古道・中辺路40km 3日間

●登山 ●徒歩

3体力
難易度2
歩行ペース: 歩歩歩
参加者6人に1ガイド

多くの参詣者で賑わった中辺路。熊野三山聖域の境界・滝尻王子から熊野本宮大社へ。



▲熊野本宮旧社地・大高原へ

出発日 11月29日(金)
2020年3月27日(金)

参加費 69,000円

集合/時間 JR新大阪駅 新幹線南改札前/10:00

- 歩行時間: ①約2時間、②約6時間30分、③約6時間30分
- 食事: 朝2回・昼2回・夕2回

- ①新大阪駅 滝尻(80m) 高原熊野神社(310m) 中辺路町
- ②高原霧の里 上田和茶屋跡(600m) 近露王子 継桜王子 小広王子(590m) 中辺路町
- ③小広王子 登心門王子 熊野本宮大社(90m) 新宮駅 17:00(予定)

世界自然遺産・屋久島

ゆっくり宮之浦岳と縄文杉 4日間

●登山 ●徒歩 ●寝袋持参 ●ゆっくり

※寝袋レンタルはお問い合わせ下さい。

3体力
難易度3
歩行ペース: 歩歩歩
参加者5人に1ガイド

屋久島深部の淀川小屋に泊まって、早朝発のゆっくりペースで宮之浦岳を目指します。翌日は縄文杉を往復します。



▲九州最高峰・宮之浦岳

出発日 2020年3月19日(木)

参加費 98,000円

集合/時間 鹿児島本港 高速船ターミナル/12:50

- 歩行時間: ①約1時間、②約9時間、③約9時間
- 食事: 朝3回・昼1回・夕3回

- ①鹿児島本港 宮之浦 淀川入口 淀川小屋 投石平 宮之浦岳(1936m) 淀川小屋 淀川入口 安房
- ②荒川登山口 ウィルソン株 縄文杉 荒川登山口 安房
- ④安房港 鹿児島本港 15:30(予定)

那智の滝「神秘ウォーク」と熊野詣のクライマックス

熊野古道 大雲取・小雲取越 3日間

●登山 ●徒歩

3体力
難易度2
歩行ペース: 歩歩歩
参加者6人に1ガイド

普段は立入禁止区域の那智の滝上流域の探訪。2日目からは熊野詣のクライマックス、大雲取・小雲取越を越えて熊野本宮大社を目指します。



▲小雲取越え(果無山脈を望む) 百間ぐらからの眺め

出発日 2020年4月10日(金)

参加費 69,000円

集合/時間 名古屋駅 太閤通口銀の時計前/8:30

- 歩行時間: ①約3時間、②約7時間、③約5時間
- 食事: 朝2回・昼2回・夕2回

- ①名古屋駅 那智大社 那智の滝上流域の神秘ウォーク 那智の滝 那智山・美滝山荘
- ②大雲取越え 舟見峠 地蔵茶屋跡 越前峠 小口自然の家
- ③小雲取越え 桜峠 請川 熊野本宮大社 名古屋駅 21:00(予定)

高野山から熊野大宮大社へ完全踏破

熊野古道・小辺路70km 5日間

●登山 ●徒歩 ●200

3体力
難易度2
歩行ペース: 歩歩歩
参加者6人に1ガイド

真言密教の総本山・熊野山と熊野本宮大社を結ぶ1000メートル級の峠を越える山岳道。約70kmを歩きとおします。



▲「天空の郷」果無(はてなし)集落

出発日 11月22日(金)
2020年3月20日(金)

参加費 98,000円

集合/時間 JR新大阪駅 新幹線南改札前/9:40

- 歩行時間: ②約5時間、③約5時間、④約6時間、⑤約6時間 ●食事: 朝4回・昼4回・夕4回

- ①新大阪駅 高野山(816m) 薄峠(1212m) 大股 野迫川温泉
- ③大股 母子峠(1246m) 三浦口 三浦峠 西中 十津川温泉
- ⑤果無峠(1114m) 祓所王子 熊野本宮大社(90m) 新宮駅 17:00(予定)

上天草・約21kmのロングトレイル 東シナ海と有明海と八代海に囲まれた島

天草・観海アルプス踏破 3日間

●登山 ●徒歩 ●九州百名山

2体力
難易度2
歩行ペース: 歩歩歩
参加者7人に1ガイド

島北端の高舞登山から龍ヶ岳まで、天草を南北に貫く観海アルプスを踏破します。



▲日本の夕陽百選に選ばれる天草の夕陽

出発日 2020年3月6日(金)

参加費 58,000円

集合/時間 熊本空港到着ロビー/10:00

- 歩行時間: ①約3時間、②約5時間、③約3時間
- 食事: 朝2回・昼2回・夕2回

- ①熊本空港 今泉(10m) 太郎丸嶽(281m) 次郎丸嶽(397m) 今泉 松島温泉
- ②高舞登山(116m) 観海アルプス 金比羅山 白嶽 二弁当峠(130m) 松島温泉
- ③二弁当峠 観海アルプス 念珠岳(503m) 龍ヶ岳(469m) 熊本空港 18:00(予定)

九州大分・山岳仏教文化「六郷満山」の歴史と文化に触れる

国東半島峯道ロングトレイル 3日間

●登山 ●徒歩 ●鎖・岩場

3体力
難易度3
歩行ペース: 歩歩歩
参加者5人に1ガイド

国東半島の修行の場でもあった「峯道」へ。豊後高田コースから国東コースの中でも難所が多い区間を歩く厳選コースです。



▲大不動岩屋

出発日 2020年4月3日(金)

参加費 65,000円

集合/時間 大分空港到着ロビー/10:15

- 歩行時間: ①約3時間30分、②約7時間、③約6時間
- 食事: 朝2回・昼2回・夕2回

- ①大分空港 真玉温泉(豊後高田コース) 猪群山(468m) ストンサークル 白野 国東半島
- ②白野 谷ノ迫摩崖像 中山仙境 六所宮(国東コース) 千燈寺 国東半島
- ③千燈寺(国東コース) 不動山(352m) 大聖寺 大分空港 17:00

三陸復興国立公園のシンボル

みちのく潮風トレイル(八戸~久慈区間) 3日間

●登山 ●徒歩 ●200

3体力
難易度2
歩行ペース: 歩歩歩
参加者7人に1ガイド

青森から岩手にかけて、登山と沿岸トレイルを含む北東北沿岸のハイライト区間を歩きます。



▲芝生が広がる種差海岸

出発日 2020年5月15日(金)

参加費 58,000円

集合/時間 JR八戸駅 新幹線 改札前/10:40

- 歩行時間: ①約4時間、②約8時間、③6時間
- 食事: 朝2回・昼2回・夕2回

- ①八戸駅 鮫駅 蕨島神社 葦毛崎 大須賀海岸 種差海岸 種市
- ②フォレストピア階上(150m) 階上岳(740m) 寺下観音 種市
- ③種市駅 八戸線 陸中中野駅 侍浜 巖島神社 久慈駅 八戸駅 19:00(予定)

世界的に貴重な大自然を訪れる 秘境・小笠原諸島ハイキング 6日間

出発日 2020年1月7日(火)、1月14日(火)、2月12日(水)、
2月18日(火)、2月24日(月・祝)、3月1日(日)、3月7日(土)、
3月13日(金)、3月20日(金・祝)、3月26日(木)

参加費用 179,000円 **集合・時間** 東京・竹芝桟橋(10:20)

●最少催行人数:7人(定員:9人) ●食事:朝3回・昼3回・夕3回 ●体力2・難易度2

歩行時間  ●ツアーリーダー:竹芝桟橋から竹芝桟橋まで同行します。

東京から洋上を南へ約1,000km。太平洋に浮かぶ父島と母島を登山とハイキングで楽しめます。小笠原諸島は、父島、母島を中心とし、その周囲にちらばる島々で成り立ちます。この島々は火山が隆起してできたため、一度も大陸とつながったことがなく、また他の陸地からも遠く離れているため、島独自の進化を遂げた固有種が豊富に生育しています。ツアーでは世界的にも貴重な自然を誇る小笠原諸島を地元ガイド同行のハイキングで満喫します。また、各種オプションツアーなどで、魅力溢れる小笠原諸島をいろいろな角度から体験します。



▲母島最高峰・乳房山から見渡す“ポニブルー”の海



▲父島・千尋岩からはクジラが見られることもあります。



▲小笠原の植生を学びながらハイキング

ココがちがいます！ アルパインツアー小笠原のポイント

- 全行程ツアーリーダーが同行。長い航海でも安心です。
- 1グループの定員は9人。地元のガイドやツアーリーダーの声が届く範囲の人数です。
- 少人数でゆとりの行動ができます。
- 宿泊は1施設を利用。不便な分宿はありません。
- ホエール&ドルフィンウォッチングに適した冬季に設定しています。

1日目 東京・竹芝桟橋から  出港。船中で1泊します。
(一・一) **船中(2等和室)泊**

2日目 昼頃、父島の二見港に入港。ははじ丸  に乗り換えて、母島の沖港へ。着後、時間と天候により、展望台など周辺の散策に出かけます。(一・昼・夕) 母島泊 

3日目 早朝、宿を出発。★地元ガイド同行で母島最高峰の乳房山(463m)のハイキングへ。爆弾跡からガジュマルの森を抜け、乳房山遊歩道へ。島特有の植生を見ながら、樹林帯を登ります。山頂の展望台からは大崩湾を俯瞰できます。さらに、洋上に浮かぶ小笠原の島々を遠望しながら、稜線に沿って下り、沖港へ(徒歩約5時間)。下山後、午後出港のははじ丸  で父島へ戻ります。オプションでナイトツアー(別料金)の設定もあります。
(朝・昼・夕) 父島泊 

4日目 朝、地元ガイドの迎いで宿を出発。 で小港海岸へ立ち寄り、躑躅山の登山口(70m)へ。★今なお戦跡が残り、固有種が多く自生している躑躅山の周辺を歩きます(躑躅山山頂は植生保護区域のため立ち入れません)。さらに太平洋に面する千尋岩へ。ハツ瀬川沿いに下山し、小港園地へ(徒歩約6時間)。 で宿に戻ります。(朝・昼・夕) 父島泊 

5日目 午前中は自由行動。各種オプションツアー(別料金)をお楽しみください。午後、おがさわら丸  で二見港を出港。盛大な見送りを受けながら、小笠原諸島を離れます。
(朝・一・一) **船中(2等和室)泊**

6日目  午後、竹芝桟橋に帰着。到着後、 15:30頃(予定) (一・一・一)

※おがさわら丸 船室アップグレードも承ります。(別料金)

オプションツアー(参考例)

企画・主催:小笠原ツーリスト

※詳細は別途「オプションツアーのご案内」でご確認ください。

- ◎夜の父島散歩 ナイトツアー
- ◎日本一美しい星空を♪
ヒーリングスターウォッチング
- ◎ポニブルーの海へ 半日ポートツアー
ドルフィンスイム、ウォッチング、南島上陸など
(2~4月はザトウクジラウォッチングも)
- ◎脱動力のシーカヤック 半日ツアー
- ◎父島・歴史自然散策ツアー

小笠原説明会 期日 10/23(水)、11/20(水)、12/11(水)、時間 13:30~14:30
(全開催日共通)
2020/1/15(水) ※上記の日程以外でもご説明いたします。お気軽にご連絡ください。

**入場無料
予約制**

ツアーリーダーとして同行経験豊富なスタッフが、小笠原ツアーの魅力、スケジュール、持ち物や服装についてなどについてご説明します。

説明会場 アルパインツアーサービス 東京本社 東京都港区新橋3-2-5 (第5東洋海事ビル3階)

出発日一覧

出発日	日数	カテゴリー	ツアー名	掲載P
10/23(水)	机上	小笠原	小笠原説明会	12
11/6(水)	机上	雪山講習会	机上講座 雪山講習会	4
11/9(土)	2	ロングトレイル	大台ヶ原から尾鷲道縦走	11
11/14(木)	机上	雪山講習会	机上講座 雪山講習会	4
11/20(水)	机上	小笠原	小笠原説明会	12
11/22(金)	5	ロングトレイル	熊野古道 小辺路70km	11
11/23(土)	2	雪山STEP2	立山雄山 雪上講習会	8
11/29(金)	3	ロングトレイル	熊野古道 中辺路40km	11
11/30(土)	2	雪山STEP1	谷川岳	6
12/1(日)	1	雪山講習会	鷹取山 積雪期岩稜講習会	4
12/4(水)	机上	雪山講習会	机上講座 雪山講習会	4
12/7(土)	1	雪山講習会	日和田山 積雪期岩稜講習会	4
12/7(土)	2	雪山STEP2	木曽駒ヶ岳	8
12/11(水)	机上	小笠原	小笠原説明会	12
12/14(土)	2	雪山講習会	富士山6合目 雪上講習会	4
12/14(土)	1	雪山入門/STEP1	北八ヶ岳・北横岳	5・6
12/17(火)	机上	雪山講習会	机上講座 雪山講習会	4
12/21(土)	2	雪山入門	北八ヶ岳縦走	5
12/21(土)	3	雪山STEP1	北アルプス・燕岳	6
12/21(土)	2	雪山STEP1	黒百合ヒュッテから天狗岳	6
1/7(火)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
1/11(土)	1	雪山講習会	日和田山 積雪期岩稜講習会	4
1/11(土)	2	雪山STEP1	金峰山	6
1/11(土)	3	雪山STEP2	鳳凰山	8
1/14(火)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
1/15(水)	机上	小笠原	小笠原説明会	12
1/18(土)	1	雪山入門/STEP1	赤城山・黒檜山	5・6
1/18(土)	2	雪山STEP1	安達太良山	6
1/18(土)	2	雪山STEP2	木曽駒ヶ岳	8
1/19(日)	1	雪山入門/STEP1	北八ヶ岳・北横岳	5・6
1/25(土)	2	雪山入門	大菩薩嶺	5
1/25(土)	2	雪山STEP1	赤岳鉱泉から硫黄岳	6
1/26(日)	1	雪山講習会	鷹取山 積雪期岩稜講習会	4
2/1(土)	1	雪山STEP1	雲竜溪谷・雲竜瀑	7
2/1(土)	2	雪山STEP1	瑞牆山	7
2/1(土)	2	雪山STEP2	上州武尊山	8
2/2(日)	1	雪山入門/STEP1	北八ヶ岳・北横岳	5・6
2/6(木)	1	雪山入門	草津白根山	5
2/8(土)	1	雪山講習会	日和田山 積雪期岩稜講習会	4
2/8(土)	2	雪山STEP1	根石岳山荘から天狗岳	7
2/8(土)	1	雪山STEP2	蓼科山	8
2/9(日)	1	雪山入門/STEP1	那須・茶臼岳	5・7
2/12(水)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
2/15(土)	2	雪山入門	美ヶ原と霧ヶ峰	5
2/15(土)	1	雪山入門/STEP1	赤城山・黒檜山	5・6
2/15(土)	2	雪山STEP2	上州武尊山	8
2/16(日)	1	雪山講習会	鷹取山 積雪期岩稜講習会	4

出発日	日数	カテゴリー	ツアー名	掲載P
2/18(火)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
2/22(土)	2	雪山入門	西穂丸山	5
2/22(土)	2	雪山STEP1	八幡平	7
2/22(土)	3	雪山STEP2	硫黄岳から天狗岳	8
2/24(月)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
2/26(水)	1	雪山入門	草津白根山	5
2/29(土)	1	雪山入門/STEP1	那須・茶臼岳	5・7
2/29(土)	2	雪山STEP1	蔵王縦走	7
3/1(日)	1	雪山入門/STEP1	赤城山・黒檜山	5・6
3/1(日)	1	雪山STEP2	蓼科山	8
3/1(日)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
3/6(金)	3	ロングトレイル	天草・観海アルプス踏破	11
3/7(土)	2	雪山入門	雲取山	5
3/7(土)	1	雪山入門/STEP1	北八ヶ岳・北横岳	5・6
3/7(土)	2	雪山STEP1	安達太良山	6
3/7(土)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
3/8(日)	1	雪山講習会	鷹取山 積雪期岩稜講習会	4
3/13(金)	3	雪山STEP3	甲斐駒ヶ岳	9
3/13(金)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
3/14(土)	2	雪山STEP1	黒百合ヒュッテから天狗岳	6
3/14(土)	2	雪山STEP2	日光白根山	8
3/19(木)	4	ロングトレイル	ゆっくり宮の浦岳と縄文杉	11
3/20(金)	2	雪山入門	北八ヶ岳縦走	5
3/20(金)	2	雪山STEP2	磐梯山	8
3/20(金)	5	ロングトレイル	熊野古道 小辺路70km	11
3/20(金)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
3/26(木)	6	小笠原	秘境・小笠原諸島ハイキング	12
3/27(金)	3	ロングトレイル	熊野古道 中辺路40km	11
3/28(土)	2	雪山STEP1	谷川岳	6
3/28(土)	2	雪山STEP2	乗鞍岳	9
3/28(土)	2	雪山STEP3	南八ヶ岳・赤岳	9
4/3(金)	3	ロングトレイル	国東半島峯道ロングトレイル	11
4/4(土)	2	雪山STEP1	会津駒ヶ岳	7
4/4(土)	2	雪山STEP2	焼岳	9
4/10(金)	3	雪山STEP1	八甲田山	7
4/10(金)	3	ロングトレイル	熊野古道 大雲取・小雲取越	11
4/25(土)	2	雪山入門	至仏山	5
4/25(土)	3	雪山STEP1	燕岳	6
5/2(土)	2	雪山STEP2	常念岳	9
5/2(土)	2	雪山STEP2	鳥海山	9
5/4(月)	3	雪山STEP3	白馬岳	9
5/8(金)	3	雪山入門	立山スペシャル Aコース立山室堂	10
5/8(金)	3	雪山STEP1	立山スペシャル Bコース別山	10
5/8(金)	3	雪山STEP2	立山スペシャル Cコース雄山	10
5/8(金)	3	雪山STEP2	立山スペシャル Dコース奥大日岳	10
5/15(金)	3	雪山STEP3	槍ヶ岳	9
5/15(金)	3	ロングトレイル	みちのく潮風トレイル(八戸～久慈区間)	11

雪山装備（持ち物参考例）

帽子	防寒用（耳を隠す事が出来るもの。）
目出帽（バラクラバ）	天候の悪いときに使用します。ウール、シルク、フリース製など。
手袋	ウールまたはフリース製など。予備もお持ちください。薄手のインナー手袋もあると良い。薄手のインナー手袋は、アイゼンバンドを締めるなど細かい作業時に着用します。
オーバー手袋	必携です。深雪時、強風時などに手袋を重ねて使用。
冬山用登山靴（雪山STEP1・2・3）	靴底が固く、しっかりした冬山用登山靴。（靴底が柔らかいとアイゼンが外れるおそれがあります）防水性、保温性があるもの。靴ひもはしっかりと緩まないように結びましょう。登山靴を購入する場合には、ご自身の足を守る大切なものなので登山用品専門店にてアドバイスを受けながら、自分の足にあったものを購入しましょう。
雪用ロングスパッツ（ゲーター）	雪が靴の中に入るのを防ぎ、保温性を高めます。ショートスパッツや夏用は不可。
登山用靴下	ウール製が快適。靴ずれ対策や防寒として薄手のインナーソックスに中厚の靴下を重ねてはくのもよい。1泊以上のコースでは予備もお持ちください。
防寒用下着（上・下）	手首、足首まで覆うアンダーウェア。吸湿速乾性と保温性のあるもの。
山歩き用スラックス	登山用でウールやフリースなど保温性の高いものが快適。ジーンズなど綿製のものは不可。
半袖シャツ	Tシャツ、ポロシャツ類。綿製は汗をかいた時に乾きが悪いので、吸汗速乾性素材のものが快適です。
長袖シャツ	山歩き、登山に適したもの。ウール製などで保温性が高いものが快適です。
セーターまたはフリース・ダウンジャケット	防寒用。降雪や強風、時ならぬ冷雨に冷えることがあります。ダウンジャケットも必須。
ヤッケ/オーバーパンツまたは雨具上下	防風、防寒用として必携。上下セパレート型。ゴアテックス等、防水透湿性で厚みのあるしっかりした雨具であれば兼用可。
サングラス	紫外線（UV）カットのもの。裸眼では雪目になる恐れあり。
ゴーグル	吹雪の時に使用します。サングラスとゴーグルは使い分けが必要です。

ヘッドランプ	ヘッドランプは登山の必須アイテムです。非常用として、日帰り登山でも、行動中は必ず携行してください。懐中電灯は不可。予備電池もご用意ください。
トイレトペーパー	水溶性のものをご用意ください。
個人用医薬品	カットバン、消毒薬、風邪薬など必要に応じて。持病薬があればお持ちください。
日焼け止め	日焼け止めクリーム、リップクリームなど必要に応じてお持ちください。
コンパス	セットでお持ちください。国土院発行の2万5000分の1地形図や登山用に市販されている地図など。コンパスは、携帯用で精度の高いものをご用意ください。
水筒	水筒とテルモス（魔法瓶）との併用が望ましい。
登山用ザック	行程中必要なすべての荷物が入る容量もの。
健康保険証	万が一の事故に備えて。コピーは不可。
ビニール袋	荷物の防水やゴミの持ち帰り用として。大・小複数枚
行動食	チョコレート、あめ、羊羹、ビスケットなど。凍りにくく、すぐに口にできるもの。日数に応じて量を調整。おにぎりは凍るので不可。
ストック	ダブルストック（スノーバケット付）
スノーシュー	靴に装着して深雪で浮力を得るための道具。西洋かんじきとも呼ばれます。トラバース用のサイドレールやクライミングサポート機能がある登山用のモデルをお選びください。
軽アイゼン（雪山入門）	6本爪のもの。土踏まずにつける4本爪は不可。事前に調整のこと。工具も必要に応じて持参。
アイゼン（雪山STEP1・2・3）	10本爪以上のもの。アイゼンは靴との相性もありますので、購入時は登山用具店にご相談ください。サイズ調整が必要なものについては、現地ですぐに装着できるように出発前に調整をお済ませください。手袋をつけたままでも着脱できるよう事前に練習しておきましょう。
ピッケル（雪山STEP1・2・3）	一般登山用であれば、手に持って石突きがくるぶしのあたりに来る長さが標準的です。購入時は登山用具店へご相談ください。
ヘルメット	ヘルメット マークのついたコースは必要です。登山用ヘルメットでご自身の頭に合ったものをお選びください。
ハーネス/ヘルメット	ハーネス/ヘルメット マークのついたコースは必要です。ご購入の際は登山用品店で「雪山一般登山用」をお選びください。カラビナ、スリングもあわせてご用意ください。

- 以上の持ち物は、必要最小限のものです。その他、筆記用具、予備眼鏡、宿泊に伴い必要と思われるものを各自ご用意ください。
- 温泉に立ち寄るツアーにご参加の場合はタオル、着替えなどをお持ちください。
- 荷物預かりマークのついているコースではバスの車内あるいは立ち寄り温泉などに、着替えなど登山に不要の荷物を置いていくことができます。
- 登山中のお荷物は、スタッフバッグ（ナイロン製の袋）やビニール袋、ザックカバーなどを利用して、しっかりと防水してください。また、ご自身の持ち物には、はっきりと名前をご記入ください。
- 交通機関での移動時など、ストックの持ち運びに際しては、プロテクターをつけ、手で持ち運ぶなど周囲の人に迷惑にならないように気をつけましょう。

- 新規に購入される場合は、登山用具店で相談の上、自分にあったサイズをご購入ください。

※余裕を持ってハイキングを楽しむために、無駄な荷物は極力省き、軽量化の工夫をしましょう。

『集合時間厳守のお願い』

安全登山の運行と円滑な日程管理のため、遅れの理由が交通障害によるものであっても、あらかじめ定めてご案内した出発時刻から10分を過ぎた時点で、ツアーは出発いたします。あらかじめご了承ください。お越しいただいていない方への連絡はできません。どうかご理解くださいますようお願い申し上げます。

日本の山 講師 & ツアーリーダー

(五十音順)



秋山 和正
(あきやま かずまさ)
SIA プロスキー教師で登山経験も豊富。野外教育でのわかりやすレッスンには定評がある。 (旅) (G)



阿波 徹
(あわ とおる)
安心感の土台はパワフルで実直なこと。北海道の山とスキーはとくに詳しい。 (旅) (G)



恵 秀彦
(いさお ひでひこ)
山岳、海洋などでの救助活動、ファーストエイドの普及に努める。日本山岳・スポーツクライミング協会遭難対策委員。 (旅) (G)



石丸 哲也
(いしまる てつや)
ゆっくり花を愛で、自然に浸って歩く山岳ライター。著書は「週末の山登りベスト120」、「関東百名山(共著)」など。 (旅) (G)



猪熊 隆之
(いのくま たかゆき)
山岳気象予報専門会社ヤマテン代表。山の天気を解説し安全登山の啓発につなげたい。 (旅) (G)



岩崎 武夫
(いわさき たけお)
丹沢で山を始め以前はクライミングに精を出す。冬はニセコでスキーガイドを行う。 (旅) (G)



打田 鉄一
(うちだ えいすい)
西上州、越後、埼玉の山などマイナーな山の専門家。『数岩魂ハイグレード・ハイキングの世界』など著書多数。 (旅) (G)



大友 晃
(おとも あきら)
岩手・滝沢在住の登山ガイド。岩手の山を中心に活動中。「山と高原地図 岩手山・八幡平・秋田駒」を執筆。 (旅) (G)



荻原 次晴
(おざわら つぎはる)
元オリンピック選手でスポーツキャスター。次晴「登山部」で百名山を登るプロジェクトを進行中。 (旅) (G)



熊田 光治
(くまだ みつじ)
夏はヨーロッパアルプスでガイドを行い、ハイキングから冬季登攀まで対象は広い。UIAGM国際ガイド (旅) (G)



高妻 潤一郎
(こうつまじ じゅんいちろう)
日本の山から海外の山まで経験豊富。現在は国内を中心に活動中。救急法の普及活動にも力を入れている。 (旅) (G)



河野 格
(こうの いたる)
野外教育のスペシャリストとして活動中。夏は富士山専門ガイド、南アルプスにも精通。 (旅) (G)



酒井 祖美
(ざかい もとみ)
ツアー登山ガイドを長く経験し、特に東京近郊の山の知識と情報は非常に豊富。またイラストレーターとしても多方面で活躍。 (旅) (G)



佐々木 亨
(ささき とおる)
『学べる! 山歩きの地図読み』も刊行。わかりやすい地図読み指導に定評がある。山岳ライター。 (旅) (G)



住吉 和浩
(すみよし かずひろ)
仙台在住、日本全国の山に飛び回る。鋭い観察眼で参加者を的確にサポートする。 (旅) (G)



武川 俊二
(たけがわ しゅんじ)
大柄で朗らかな雰囲気は周囲をなごませる。総合登山講座と里山歩きを担当。 (旅) (G)



田中 幹也
(たなか かんや)
20年間の厳冬カナダを経て、最近では冬の北東北の山にハマる。2014年植村直己冒険賞受賞。 (旅) (G)



中島 政男
(なかじま まさお)
国際山岳ガイドとして夏はシャモニに滞在、冬は日本でアルパインツアーの雪山講習会のガイドを務める。 (旅) (G)



西野 哲朗
(にし の てつろう)
森林インストラクター東京会に所属し、都内のネイチャースポットを中心に活動。 (旅) (G)



橋尾 歌子
(はしお うたこ)
本職はイラストレーターだが、積雪期の岩稜登攀やチベット遠征などの経験もあるクライマー。 (旅) (G)



原川 聖史
(はらかわ まさふみ)
市川高校、上智大山岳部出身。現在は母校高校の山岳部コーチとして学生に登山技術を教える。 (旅) (G)



橋本 ワコ
(はしもと わこ)
山でも美しく、元気をモットーに、女性が輝いて見えるコツを教えるスポーツビューティーアドバイザー。 (旅) (G)



平田 謙一
(ひらた けんいち)
山のガイドブックなどの著書を持つ山岳ガイド。初心者からベテランまで幅広いニーズに応える。 (旅) (G)



水村 昌司
(みずむら まさし)
スキー、スノーシューガイドの経験を活かし、登山ガイドに。どんなに厳しい気象状況でも常に笑顔がモットー。 (旅) (G)



宮城 龍一郎
(みやぎ りゅういちろう)
「気は優しくて力持ち」を地でいく山男だが、繊細さもあわせ持つ。長野県朝日村在住。 (旅) (G)



村山 貢司
(むらやま こうじ)
気象予報士で山のベテラン。空を仰ぎ現場で語る山岳気象は実にわかりやすい。 (旅) (G)



山澤 玉木
(やまざわ たまき)
北海道の大自然に魅了され、利尻島に移住すること早10年。花とスキーの専門ガイド。 (旅) (G)



山田 芳男
(やまだ よしお)
往年のクライマーでプロの料理人。絶品の山のスープと酵母アんでごやかに。 (旅) (G)



渡邊 尚子
(わたなべ なおこ)
女性ならではのきめ細やかさで、ピクナーの方でも楽しく快適に参加できる山登りを心がける。 (旅) (G)



渡辺 均
(わたなべ ひとし)
講習会を通じて山の天気の内面を伝え、また安全登山の啓発につなげていきたい。山岳気象予報士。 (旅) (G)



渡辺 幸雄
(わたなべ ゆきお)
プロの山岳写真家で、アルペンガイド「槍・穂高」(山と溪谷社)の著者でもある。 (旅) (G)



和田 淳
(わだ あつし)
仙台を拠点にガイド活動を展開。ほのぼのとした人柄と的確なガイドングが人気。 (旅) (G)



榎山 太郎
(すげやま たろう)
日本の山・国内ツアーを担当。企画・営業・管理を行う。九州出身の山男、第二の故郷は仙台。 (旅) (G)



紀平 元
(きひら はじめ)
一念発起して新潟の専門学校で修業後、入社。即戦力として現場とデスクで活躍中。 (旅) (G)

オーダーメイドツアーのご案内

オーダーメイドのツアーをご提案することも可能です。ご希望に応じて、行先、出発日、日程、集合場所などを自由に組み立てられます。各山域に精通したスタッフまで、お気軽にご相談ください。

こんな方へおすすめ

- ・少人数のグループで自分たちだけでツアーを組みたい
- ・募集しているツアーにはない山、ルートに登りたい
- ・行きたい山があるけど、募集しているツアーはどうしてもスケジュールが合わない
- ・ツアーのペースよりもゆっくり登りたい
- ・登山と同時に、麓の温泉やグルメも楽しみたい
- ・目的の山に向けて、トレーニングをしてほしい
- ・技術講習会を実施してほしい
- ・同行ツアーリーダーを指名したい

オーダーメイドツアーの流れ

- お問い合わせ**
・ご希望の条件を詳しくおうかがいします。
- ご提案・お見積もり**
・ご希望に沿ったコースプランをご提案します。
- お申し込み**
・ご出発までに最終案内をお送りします。
- ご出発**
・ご出発

注) (旅)=旅程管理主任者 (G)=日本山岳ガイド協会認定ガイド

国内旅行 旅行条件(要旨)

このご旅行はアルパインツアーサービス株式会社(本社:東京都港区新橋3-2-5 観光庁長官登録旅行業第490号。以下当社という)が企画・実施するもので、当社はお客様が当社の定める旅行日程に従って、運送・宿泊その他の旅行に関するサービス(以下「旅行サービス」といいます)の提供を受けることができるように、手配し、旅程を管理します。ご旅行条件につきましては、下記によるほか、当社の旅行業約款(募集型企画旅行契約の部)、および別途お渡しする確定書面(最終日程表)によります。

- 旅行のお申し込み**
当社所定の申込書に所定事項をご記入のうえ、所定の申込み金を添えてお申し込みいただきます。(お電話でのご予約の場合には、3日以内に。)申込金は旅行代金、取消料、または違約料のそれぞれ一部として取扱います。なお当社がお申し込みを受諾し、申込書と申込み金を受理した時に旅行契約が成立します。お電話や電子メールでのご予約のみでは、旅行契約は成立しておりません。
- 旅行代金のお支払い**
旅行代金は旅行開始前の所定の日より前にお支払いいただきます。
- 旅行代金に含まれるもの**
日程に明示した航空機・バス・列車など利用交通機関の運賃及び料金(この運賃・料金には、運送機関の課す付加運賃・料金(原価の水準の異常な変動に対応するため、一定の期間及び一定の条件下に限りあらゆる旅行者に一律に課されるもの)に限ります。以下同様とします。を含みません。)、ガイド料金、入場料、宿泊料金、食事料金、税・サービス料など。
- 旅行代金に含まれないもの**
超過手荷物運搬料金(運送機関の手荷物規則による)、クリーニング代、電話代、酒、果物類その他個人的性質の諸費用およびサービス料など、日程に明示された費用以外のもの。運送機関の課す付加運賃・料金。
- 旅行契約内容・代金の変更**
当社は天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等のサービス提供の中止、官公署の命令、当初の運行計画によらない運送サービスの提供その他の当社

の関与できない事由が生じた場合、契約内容を変更することがあります。またその変更に伴い旅行代金を変更することがあります。著しい経済情勢の変動により通常予想される程度を大幅に越えて利用する運送機関の運賃・料金の改定があった場合は旅行代金を変更することがあります。増額の場合は旅行開始日の前日から起算してさかのぼって15日目にあたる日より前にお知らせします。

- 当社による旅行契約解除**
当社は次に掲げる場合においては、旅行開始前に旅行契約を解除することがあります。
(1) お客様が所定の期日までに旅行代金を支払わないとき(この場合、別表の取消料に準じて違約料を支払っていただきます。)
(2) お客様が、当社があらかじめ明示した性別・年齢・資格・技能その他の参加旅行者の条件をみとっていないことが判明したとき。
(3) お客様が病気がその他の事由により、当該旅行に耐えられないと認められるとき。
(4) お客様が他の旅行者に迷惑を及ぼし、または団体旅行の円滑な実施を妨げるおそれがあると認められるとき。
(5) 参加者の数がパンフレットに記載した最少催行人数に達しなかったとき。この場合は、旅行開始の前日より起算してさかのぼって13日目(日帰り旅行の場合は3日目)にあたる日より前までに旅行中止の旨を通知します。
(6) 天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他当社の関与しえない事由が生じた場合において、契約書面に記載した旅行日程に従った旅行の安全かつ円滑な実施が不可能となり、または不可能となるおそれが大きいとき。
- お客様による旅行契約の解除(取消料のかかる場合)**
お客様は、以下の取消料を支払って旅行契約を解除することができます。
① 当社の責任とならないローン、渡航手続き等の事由によるお取消しの場合も表記取消料をいただきます。
② 取消料の対象となる旅行代金とは、夫婦部屋等追加代金、延泊代金などの追加代金を含めた金額です。

別表1【国内旅行にかかる取消料】

旅行契約の解除期日	取消料
○旅行開始日の前日より起算してさかのぼって20日目(日帰り旅行の場合は10日目)にあたる日以降8日目にあたる日まで	旅行代金の20%
○旅行開始日の前日より起算してさかのぼって7～2日目にあたる日以降前々日まで	旅行代金の30%
○旅行開始の前日	旅行代金の40%
○旅行開始の当日	旅行代金の50%
○旅行開始後及び無連絡不参加の場合	旅行代金の全額

- お客様による旅行契約の解除(取消料のかからない場合)**
下記の場合に取消料はいただきません。(一部例外)
① 旅行契約内容に以下に例示する重要な変更が行われたとき。
a. 旅行開始日又は終了日の変更
b. 入場する観光地、観光施設、その他の旅行の目的地の変更
c. 運送機関の種類又は会社名の変更
d. 運送機関の「設備及び等級」のより低いものへの変更
e. 宿泊施設の変更又は宿泊施設の種類の変更
f. 宿泊施設の客室の種類・設備・景観の変更
② 旅行代金が増額された場合
③ 当社が確定日程表を表記の日までに交付しない場合。
④ 当社の責に帰すべき事由により、当初の旅行日程通りの実施が不可能となったとき。
- 当社の責任**
当社は当社または手配代行者がお客様に損害を与えたときは損害を賠償いたします。(お荷物に關係する賠償限度額は1人15万円)ただし次のような場合は原則として責任を負いません。天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関の事故もしくは火災、運送機関の遅延、不通またはこれらのために生ずる旅行日程の変更もしくは旅行の中止、官公署の命令、その他の当社又は手配代行者の関与し得ない事由により損害を被ったとき。

- 特別補償**
当社はお客様が当旅行参加中に、急激かつ偶然な外来の事故により生命、身体、または手荷物に被った一定の損害について、旅行業約款特別補償規程により、一定の補償金及び見舞金を支払います。
- 旅程保証**
旅行日程に8.①に掲げる重要な変更が行われた場合は、旅行業約款(募集型企画旅行契約の部)の規定により、その変更の内容に応じて旅行代金の1%～5%に相当する額の変更補償金を支払います。ただし、一旅行契約について支払われる変更補償金の額は、旅行代金の15%を限度とします。また、一旅行契約についての変更補償金の額が1,000円未満の場合は、変更補償金は支払いません。変更補償金の算定基礎となる旅行代金とは、追加代金を含めた合計額です。
- お客様の責任**
お客様の故意又は過失により当社が損害を被ったときは、当該お客様は損害を賠償しなければなりません。お客様は、当社から提供される情報を活用し、契約書面に記載された旅行者の権利・義務その他企画旅行契約の内容について理解するよう努めなければなりません。お客様は、旅行開始後に、契約書面に記載された旅行サービスについて、記載内容と異なるものと認識したときは、旅行地において速やかに当社、当社の手配代行者又は旅行サービス提供者にその旨を申し出なければなりません。
- 個人情報の取扱いについて**
当社及び販売委託旅行業者は、旅行申込みの際に提出された申込書に記載された個人情報について、お客様との間の連絡のために利用させていただくほか、お客様がお申し込みいただいた旅行において運送・宿泊機関等の提供するサービスの手配及びそれらのサービスの受領のための手続に必要な範囲内で利用させていただきます。このほか、当社及び販売店では「キャンペーン」のご案内や「アンケート」のお願いなどにお客様の個人情報を利用させていただくことがあります。

このパンフレットに掲載した企画旅行の旅行代金は、2019年9月20日の運賃・料金を基準としています。

●お問い合わせ・お申し込み

旅行企画・実施

観光庁長官登録旅行業第490号(第1種)

一般社団法人日本旅行業協会 正会員 旅行業公正取引協議会会員 ボンド保証会員



アルパインツアーサービス株式会社

おー/ふじさん

“日本の山” 専用電話 ☎03-3503-0223

✉ kokunai@alpine-tour.com

💻 www.alpine-tour.com/japan

創業50周年特設ホームページ www.alpine-tour.co.jp

- | | | |
|--|---------------|------------------|
| 東京 / 〒105-0004 東京都港区新橋 3-2-5 (第5東洋海車ビル4階) | ☎03(3503)1911 | FAX 03(3508)2529 |
| 大阪 / 〒550-0003 大阪市西区京町堀 1-4-3 (TCF肥後橋ビル2階) | ☎06(6444)3033 | FAX 06(6444)3032 |
| 名古屋 / 〒450-0002 名古屋市中村区名駅3-23-2 (第3千福ビル3階) | ☎052(581)3211 | FAX 052(561)8338 |
| 福岡 / 〒810-0073 福岡市中央区舞鶴 1-2-8 (セントラルビル5階) | ☎092(715)1557 | FAX 092(715)0826 |

営業時間のお知らせ / 平日:9:30～18:30、土日祝:定休

総合旅行業務取扱管理者 亀田広明(東京) 大島義広(大阪) 中川元宏(名古屋) 渡部秀樹(福岡)

北海道 / 北海道地区総代理店(株)りんゆう観光 〒060-0909 札幌市東区北9条東2丁目 ☎011(711)7106 FAX 011(731)1456

(受託販売) 観光庁長官登録旅行業第923号 総合旅行業務取扱管理者・植田拓史

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明にご不明な点があれば、ご遠慮なく上記の取扱責任者にお訊ねください。