

初心者のため山登りツアー

5月 新緑の山を 歩きましょう！



●コラボレーションツアー Yui Fitness Community(中田幸恵先生主宰)とのコラボツアー

5/3(水) 登って健康 下って幸せ！ 八幡平残雪スノーシューハイク ※コンディショニングの特典あります。
この時期限定！八幡平の大雪原を自由に歩きます！ 定員5名 8500円 ※路線バス代別途

●実践登山教室 七時雨山で疲れない山の歩き方を体感しませんか！

日時／ 5月7日(日) 午前8時30分～午後2時30分頃 場所／ 七時雨山 料金／ 8500円(保険含)
内容／ 七時雨山を歩いて、疲れない山の歩き方、休み方、山の楽しみ方などを学びます。
対象／ これから山歩きを始めたい人、疲れない山歩きを体感したい人、七時雨山を歩いてみたい人 など
集合／ 田代平高原七時雨山登山口駐車場 朝8時30分(応相談)

●シニア向けステップアップ山歩き 第一弾開催！ 初めて山を歩くシニアのためのツアーです！

お仕事をリタイアなどし、健康維持や趣味として山歩きを始めたいと考えている方 など

第1回 5/15(月) 鞍掛山(滝沢市) 登山愛好家のメッカ 山頂には大きな岩手山があります。約3時間30分

第2回 5/22(月) 高洞山(盛岡市) JR米内駅から楽々ハイク 山頂から岩手山が見えます。約3時間30分

第3回 5/29(月) 姫神山(盛岡市) 美しい三角の形 山頂からは岩手山が小さく見えます。約4時間

内容／ ゆっくりと山を歩き、花を見、鳥の声を聴き、景色を眺め、山の時間を楽しみます

定員／ 5名 少人数です。※原則3回セット申込ですが、1回ごとの申込も可能です。

料金／ 3回セットで25500円 2回セットで21000円 1回12500円 (保険含)

●机上登山教室 「友だちを山に連れて行く時に大切なこと」 安心安全登山のためにぜひどうぞ！

日時／ 5/27(土) 午後3時～午後5時 定員／7名 受講料／ 500円(資料代)

内容／ 仲間と山登りをする時の注意点、山の選び方、計画の立て方、歩き方、安全管理 など

対象／ 仲間と山登りをする人 山登りのリーダー役の人など 登山に関心のある人はどなたでも

場所／ ICI石井スポーツ盛岡店 ※問合・申込は、山の風へ

●5月ツアー 初心者から歩き慣れた人向け ゆっくり歩きますのでシニアの方でも安心大丈夫です！

5/1(月) 羽山(600m)	カタクリ咲く和賀三山(月山、羽黒山)の一峰	約4時間
2(火) 八方山(717m)	カタクリ咲く花巻郊外のブナの美しい静かな山	約5時間
4(木)～6(土)毎日 八幡平(1613.3m)	大雪原と雪の回廊のスノーシューハイク	約5時間
8(月) 鬼ヶ瀬山(724m)	盛岡市郊外 志波三山を望む静かな山	約4時間
14(日) 田代山(945.4m)	七時雨山の隣、大展望の尾根歩きの隠れ名山	約4時間
19(土) 稲庭岳(1078m)	稲庭高原から駒形神社へ縦走ハイキング	約4時間
21(日) 月山(583m)	和賀三山の一峰 北上市郊外の隠れ名山	約4時間
25(木) 白木峠(602m)	岩手秋田県境 奥州と羽羽を結ぶ古き街道の峠	約4時間
26(金) 五葉山(1341m)	ツツジ咲きニホンジカ群れるヒノキの山	約5時間
28(日) 鶏頭山(1445m)	早池峰山嶺の西端の岩峰を岳から七折ノ滝へ周回	約6時間
31(水) 六角牛山(1294m)	遠野小富士を 峠登山口から中沢登山口へ縦走	約5時間30分

※定員 各5名(1人から催行) 料金 10,500円から/1人(保険料含) 集合場所など、詳しくはお問合せください。

登山ガイド **山の風** TEL&FAX 019-687-2177

ホームページ、facebook からも申し込みできます。ホームページ&facebook 「登山ガイド山の風」で検索ください