

令和元年 5月 山歩きを始めましょう！

山はだれでもラク～に登れます！



姫神山頂上から岩手山を見下ろして

山に登りたいけど、なんだか大変そう。

自分にも 登れるか心配。

でも今年こそは山登りを始めたい！

登っているけどいつもバテバテ。

翌日は 足がガクガク。

そんな人にゼッタイおススメです！

●疲れしない山の歩き方を体感しましょう！ 一少人数の初心者向けツアー

5/1(水)	鞍掛山(897m)	滝沢市	登山入門の山 山頂からのデッカイ岩手山が魅力
2(木)	田代山(945m)	八幡平市	田代平高原にある展望の山 解放感あふれる稜線歩きが魅力
3(金)	石ヶ森(446m)	滝沢市	隠れ名山 山頂からの岩手山、盛岡市の展望が魅力
6(月)	姫神山(1124m)	盛岡市	綺麗な三角の形の山 山頂から見る岩手山と360度展望が魅力
7(火)	烏泊山(389m)	滝沢市	マイナーな山 平安から戦国時代に築かれた山城が魅力
8(水)	東根山(928m)	紫波町	四季を通じて人気の山 新しい「ねこの背コース」を登ります
9(木)	幸郷山(368m)	盛岡市	誰か呼んだか繋アルプス 大欠山から縦走します
10(金)	物見山(870m)	住田町	種山高原の賢治が愛した山 360度の大展望が魅力
12(日)	空雲山(902m)	岩手町	山頂から見る岩手山と姫神山のツーショットが魅力
14(火)	男助山(758m)	雫石町	雫石のノアの箱舟伝説の山 男らしいどっしりとした山容
19(日)	女神山(955m)	北上市	白糸の滝、女神霊泉などの滝巡りの山 名瀑 降る滝は必見！
23(木)	稲庭岳(1078m)	二戸市	県北の隠れ名山 稲庭高原登山口から駒形コースへ縦走
27(月)	遠島山(1262m)	久慈市	北上山地の北部 なだらかに登ると三陸の海が見える
28(火)	七時雨山(1063m)	八幡平市	田代平高原にある美しい山名に悲しい物語を秘めた山
29(水)	石上山(1037m)	遠野市	古くからの修験の山 今回は初心者向け大垂水コースを登ります

●八幡平残雪スノーシュー

5/1(水)～6(月) 毎日開催(5日は除く) ※上記プランと重複、予約は先着順となります。
広大な残雪の八幡平をスノーシューで歩きます。

※定員 各5名(1人から催行) ※料金 10,500円から/1人(保険料含)

※予約は先着順です。集合場所、時間等、詳しくはお問い合わせください。

●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

5/5(日) 登って健康 下って幸せ! 初心者向け春山ハイク 新緑の女助山(雫石町) 定員5名 8500円
※下山後、ケッパレランドで中田先生の疲労回復コンディショニング体験 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 ホームページからも申し込みできます。

ホームページ「登山ガイド山の風」で検索ください。