

11月 岩手の山はまだまだ楽しめます！

# 静かな里山晩秋トレッキングへ！



高山は冬の装い

里山も落葉し、山肌がアースカラーに

晩秋から初冬は、人影少なく静かなおとなの山歩き

初めての人でも大丈夫！ さあ、晩秋の山歩きに出かけましょう！

※ゆっくり歩くので山行時間を長めにしております。

## ★初冬の訪れを感じる大展望の高山へ

- |           |               |      |
|-----------|---------------|------|
| 11 / 5(火) | 和賀山塊の 沢尻岳へ    | 約6時間 |
| 6(水)      | 和賀山塊の 高下岳へ    | 約6時間 |
| 7(木)      | 早池峰連嶺の 鶏頭山へ   | 約6時間 |
| 8(金)      | 滝ノ上温泉から 三ツ石山へ | 約6時間 |
| 9(土)      | 滝ノ上温泉から 小乳頭山へ | 約6時間 |

## ★YUI FITNESS COMMUNITY 中田幸恵先生とのコラボハイク

- 11 / 10(日) 雫石の隠れた里山 女助山へ 約4時間 ※下山後 幸恵先生の疲労回復コンディショニング体験！

## ★山頂を目指さない山歩き

- |            |                         |      |
|------------|-------------------------|------|
| 11 / 18(月) | 岩手山大滝展望地 岩手山御神坂コース中腹    | 約4時間 |
| 19(火)      | 岩手山焼走り第二噴出口 岩手山焼走りコース中腹 | 約4時間 |

## ★一度は歩きたい里山縦走

- |            |                        |      |
|------------|------------------------|------|
| 11 / 11(月) | 七時雨山の北隣りの爽快な尾根歩き 田代山縦走 | 約4時間 |
| 12(火)      | 田代平から車之走り峠へ 七時雨山縦走     | 約4時間 |
| 13(水)      | 和賀三山の2座 羽山から羽黒山縦走      | 約6時間 |
| 14(木)      | 矢巾温泉からつどいの森へ 赤林山縦走     | 約5時間 |
| 15(金)      | ネコの背コースで 東根山縦走         | 約5時間 |
| 16(土)      | 北上高地 平庭岳を周回縦走          | 約5時間 |
| 17(日)      | 馬返しから相ノ沢へ 鞍掛山縦走        | 約4時間 |
| 20(水)      | 田瀬湖を望む 砥森山縦走           | 約4時間 |
| 21(木)      | 鶯宿温泉からケツパレランドへ 男助山縦走   | 約5時間 |
| 22(金)      | 八幡館山から篠木峠へ 烏泊山縦走       | 約4時間 |
| 24(日)      | 盛岡繋アルプス？ 幸郷山から大欠山へ縦走   | 約4時間 |

## ★ガイドブックに載っていない里山へ

- |       |                          |      |
|-------|--------------------------|------|
| 23(土) | 男助山と夫婦山 雫石の 女助山へ         | 約4時間 |
| 25(月) | 和賀三山の一峰 北上の 月山へ          | 約5時間 |
| 26(火) | 宮沢賢治の愛した 猫山へ             | 約4時間 |
| 27(水) | 岩手山の怒りに触れ頭を切られた 送仙山へ     | 約4時間 |
| 28(木) | 大きなスイカの見える滝沢の隠れ名山 石ヶ森へ   | 約4時間 |
| 29(金) | JR山田線米内駅から「駅からハイク」で 高洞山へ | 約3時間 |
| 30(土) | 岩手山と姫神山のツーショットが見える 空雲山へ  | 約4時間 |

●料金 各8500円から/1人 ●定員 各5名(1人から催行) ●集合場所、時間等詳しくはお問い合わせください。

一上記日程に関わりなく、ご希望の日にご希望の山をご案内することも可能です(先着順)ご相談ください。

登山ガイド 山の風 TEL&FAX 019-687-2177 / ホームページ&facebook 「登山ガイド山の風」

●山岳雑誌 山と溪谷「季節の山歩き」に執筆 次回は2021年1月号(12月15日発売)を予定。

