

コンディショニングの中田幸恵先生とのコラボツアー

志和三山縦走路の核心部縦走！

南昌山五合目～

蜂ヶ森～

ヘッタクレ～

不動岳～

田沢山～

大白沢の滝～

矢巾温泉



大白沢の滝を見上げ

て

南昌山五合目から志和三山縦走路を南下

ヘッタクレの切れ落ちた尾根からブナの森へ

クライマックスは沢筋を歩き、大白沢の滝を見上げます！

日 時／ 11月12日（日）朝9時～午後3時予定

コ ー ス／ 南昌山五合目～蜂ヶ森～ヘッタクレ～不動岳～田沢山～大白沢の滝

集合解散／ 朝8時30分・午後3時30分頃 矢巾温泉登山口駐車場（応相談）

対 象／ このコースを歩いてみたい人（初心者、歩き慣れた人 どなたでも）

定 員／ 3名 少人数です 参加費／ 10500円（保険込）

特 典／ 下山後 幸恵先生のコンディショニング ●詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ・お申込み 登山ガイド 山の風 ☎019-687-2177 HP&FB「登山ガイド山の風」で検索

または CONDITIONING SPACE YUI TEL 090-8050-4781(中田幸恵先生)

