

北アルプス穂高連峰の中央に位置し、槍ヶ岳、穂高連峰はもとより、素晴らしいパノラマが楽しめる山です。夜には山頂に寝転んで星空を眺めるのも楽しみです。宿泊は北穂高岳小屋で、標高3100mと日本一高いところにある山小屋に泊まる予定です。当初はここまででしたが奥穂高岳を合わせて挑戦しようという計画です。帰路は、涸沢からパノラマコースで屏風の耳に立寄ります。

実施日：2020年9月25日(金)～29日(火)

【1日目】9月25日(金)

新大阪(7:46)=[のぞみ 302]=京都(8:02)=名古屋(8:38/9:00)=[しなの 5]=松本(11:04/11:30)  
 =[松本電鉄]=新島々(12:00/12:10)=[アルピコバス]=上高地ターミナル(13:15/13:30)～  
 明神\*(14:30/14:40)～徳沢(15:40/15:50)～横尾・横尾山荘(16:50) (泊)  
 \* 帰りの着替えなど明神館に預けることができます。

【2日目】9月26日(土)

横尾山荘(6:40)～本谷橋 7:50/8:00)～H2035(8:50/9:00)～涸沢・涸沢小屋(9:50/10:20)～  
 H2630(11:20/11:30)～東稜分岐(11:40)～[南稜]～北穂分岐(12:40)～北穂高岳(12:50/13:00)～  
 北穂高小屋(13:10) (泊)

【3日目】9月27日(日) 天候により①②のどちらかに決めます。

①北穂高小屋(6:30)～北穂分岐(6:35)～[南稜]～H2785(7:30/7:35)～ハシゴ～H2760(7:50/8:00)～  
 東稜分岐(8:10)～涸沢小屋(9:00/9:10)～[ザイテングラート]～穂高岳山荘(12:40/昼食/13:00)～  
 奥穂高岳(14:00/14:10)～穂高岳山荘(14:40/15:00)～涸沢岳(15:30/15:40)～穂高岳山荘(16:00) (泊)

②北穂高小屋(6:30)～北穂分岐(6:35)～ドーム～ツルム～最低コル～涸沢槍～D沢のコル～涸沢岳△～  
 涸沢岳(9:30/9:40)～穂高岳山荘(10:00/10:30)～奥穂高岳(11:30/11:40)～穂高岳山荘(12:20) (泊)

【4日目】9月28日(月)

穂高岳山荘(6:10)～[ザイテングラート]～涸沢ヒュッテ(8:30/8:40)～涸沢ヒュッテ(9:10/9:40)～コル(10:40/10:50)～  
 屏風ノ耳(11:20/11:40)～コル(12:00/昼食/12:20)～奥又白谷(13:50/14:00)～林道出合(14:40)～新村橋(14:50)～  
 徳沢(15:03)～明神・明神館(16:00) (泊)

【5日目】9月29日(火)

明神館(8:00)～河童橋(8:30)～上高地BT(8:40/9:30)=[バス]=平湯温泉(9:55/入浴/11:30)=[バス]=  
 高山(12:31/13:29)=[ひだ12号]=名古屋(16:04/16:13)=[のぞみ41号]=新大阪(17:03)

【6日目】9月30日(水) 予備日

エスケープルート

基本は山小屋待機 山小屋で相談して決定 北穂高岳、奥穂高岳から涸沢に下山

装備

- レインウェア
- ザックカバー
- 帽子
- 手袋
- タオル
- スパッツ
- レジ袋(大)
- ストック
- ヘルメット(涸沢ヒュッテでレンタルあり¥1000)
- スリング(持っている人)
- 防寒着
- ツエルト or レスキューシート
- サブザック1(奥穂高岳往復に便利)
- サブザック2(帰りの着替えなど預けるための袋)
- 地図
- コンパス
- 登山計画書(控)
- 保険証(コピー)
- 常備薬(忘れずに)
- メモ帳
- ボールペン
- 時計
- ティッシュ
- ヘッドランプ・予備電池
- 携帯電話・予備バッテリー
- カメラ
- 着替え(下着、靴下)
- 食料(昼弁当は宿泊受付時注文できます)
- 飲料水(ペットボトル2～3本 途中の小屋で購入可)
- 行動食・サプリメント
- 非常食
- マスク(コロナ対策必需品)
- 消毒液(コロナ対策必需品)
- 体温計(コロナ対策)
- ジップロック(コロナ対策)
- インナーシート or シュラフカバー(コロナ対策必需品)・・・今回の小屋は不要、但し心配な方は要

