

## 第 回 友歩会定例会 春の乗鞍岳 3026m

春の乗鞍岳に雪中登山 昨年西穂高岳独標から眺望した山に挑戦します。山頂から槍ヶ岳・穂高連峰、御嶽山が望むのが楽しみです。

実施日:2023年5月8日～9日 (日程変更)

実施判断:特別な場合を除き 雨天決行です。

集 合:JR新大阪駅 7:30

コース:

## 【1日目】 5月8日(月)

新大阪駅(7:45)=[のぞみ 212・自由 2 号車]=名古屋駅(8:34/9:00)=[しなの 5]=  
松本駅(11:05/昼食/12:09)=[新島々行き]=新島々駅(12:39/12:50)=[アルピコバス]=  
乗鞍高原観光センター前(13:53/14:20)=[アルピコ春山バス]=位ヶ原山荘前BS(14:55)  
位ヶ原山荘(泊)

## 【2日目】 5月9日(火)

位ヶ原山荘(5:00/朝食・出発準備/6:30)～肩ノ小屋分岐(7:30/7:40)～乗鞍岳・剣ヶ峰(10:40/11:00)～  
位ヶ原山荘前(12:00/昼食/13:24・15:24)～乗鞍高原観光センター(14:02・16:02/ \* 入浴/14:13・ \* 16:06)  
=[アルピコバス]=新島々駅(15:16・17:09/15:25・17:22)=[松本行き]=  
松本駅(15:55・17:52/16:54・19:07)=[しなの]=名古屋駅(19:07・21:21/19:17・21:39)=[のぞみ]=  
新大阪(20:06・22:27)

\* 乗鞍高原温泉 湯けむり館 ¥730 tel.0263-93-2589、

## 【3日目】 5月10日(水) 予備日

交通費・宿泊費:新大阪=松本@10010、松本=新島々@710、

新島々=乗鞍高原@1350、乗鞍高原=位ヶ原@1750、

位ヶ原山荘 tel.090-9001-7362 ¥8500、

4月末から10月下旬はココア、ミルク、おでん、たいやき、そば等もあります。その他、ビール・・・など。

持物:水筒・雨具・タオル・手袋・帽子・防寒具・宿泊入浴準備など マスク(電車・バス・山荘)

+インナーシート(シラフカバー又はシュラフで代用可)、山荘でレンタル¥500、

+アイゼン(6本爪以上)、ストック、サングラス、サブザック、



乗鞍岳



乗鞍岳・焼岳 西穂独標より

