

# 登山計画書

2010年3月こまくさ会

<期日> 3月27日(土)～28日(日) 前夜発2泊3日

<山名> 八ヶ岳横岳(2825m)と飯盛山(1645m)

<目的> 八ヶ岳核心部の横岳の積雪期登頂を目指し、雪山の自然の美しさを味わう。

<目標> 雪山のつぼ足歩行、キックステップ、アイゼン歩行等の歩行技術を完全に身につける。

<参加者>

関根則子(10) C L・会計 埼玉県比企郡小川町

TEL 090-3241-3128

國安雅子(37) S L・記録 東京都世田谷区

中村恵一(25) 写真・医療 東京都日野市

<行動予定> 横岳 歩程約7時間 飯盛山 歩程約3時間

26金 夜8時八王子集合出発(夕食はすませてくるか、各自持参で車中食)

八王子(中央道車にて1時間半休憩なし)小淵沢ICより 22:30頃八ヶ岳ほしぞらのいえ着泊(山梨県北杜市大泉町 TEL 0551-38-1978)

27土 朝4時半起床、簡単な朝食後 5時ほしぞらのいえ出発(車30分)横岳そまぞえ登山口(4:00)横岳(3:00)そまぞえ登山口(車30分)泉郷花いずみの湯入浴 ほしぞらのいえ泊

28日 登山予備日 天候や体調によっては飯盛山登山(軽い雪山ハイク)

ほしぞらのいえ(車30分)獅子岩(1:45)飯盛山(1:15)獅子岩(車30分)ほしぞらのいえ 山小屋片づけ後、車にて中央道へ長坂IC(中央道1時間半休憩なし)八王子夜7時頃着 解散

<持ち物(個人装備)>

朝食と昼食・リュック・登山靴・毛糸の帽子・毛手袋・長袖・長ズボン・汗ふき・トイペ・行動食・飲料水(1リットル以上)・雨具上下・セーターかフリース等の防寒具・ピッケル・アイゼン・スパッツ・オーバーミトン・八ヶ岳の地図・ヘッドランプ・温泉セット着替え(車に置いていく)・交通費一人約3000円前後・その他各自必要な物

<共同装備>

ツェルト・テルモス・医療セット(全て ほしぞらのいえに有り)

<備考>

\* 天候や参加者の体調によっては、横岳を途中の尾根まで行って登らないこともあります。または、飯盛山登山だけにする場合もあります。

\* 山に登らないでほしぞらのいえで留守番待機も可!!自由に過ごして待っていてくださ～い。周辺散策マップあります。

\* 雨天決行、荒天のときは八ヶ岳山麓の美術館や博物館めぐり、近くの温泉でのんびり!八ヶ岳山小屋ほしぞらのいえにて薪作りや、もちろん日頃の睡眠不足解消のために昼寝もOK!!すぐ近くに散策遊歩道あり・・・

\* 当日やむをえず不参加の場合は、関根携帯までご連絡ください。(090-3241-3128)

関根携帯メールアドレスは [noripysekine3128@docomo.ne.jp](mailto:noripysekine3128@docomo.ne.jp)