

春の野遊び
ハイキング
2Day's



森林インストラクターと
登山ガイドがご案内します!

ご参加には事前のお申し込みが必要です。
※各コースは10人程の募集で先着順となります。

りんご三山コンプリート

金峰山、男亀森、真人山の三座を縦走します。

三座縦走コース

早春の芽吹きや歴史の足跡を辿りながら
3つのピークをひと筆縦走します。

- 催行日：2022年4月29日金曜日
- 集合時間：AM9：00 現地集合
(集合場所は追ってご案内)
- 解散時間：PM4：00 集合場所解散
- 歩行距離：約8km
- 累積標高：約490m
- ガイド料：お一人様5,000円

抹茶付

りんご三山ワンピーク

お子様にもオススメ!

金峰山と真人山のどちらか一座を登ります。

金峰山コース

ブナとユキツバキの群落が見事な山頂
一帯は県の自然環境保全地域です。

- 催行日：2022年4月30日土曜日
- 集合時間：AM9：00 現地集合
(集合場所は追ってご案内)
- 解散時間：PM0：25 集合場所解散
- 歩行距離：約2.6km
- 累積標高：約315m
- ガイド料：お一人様3,000円

抹茶付

真人山コース

リスや野鳥が遊ぶ山麓を緩やかに登り
三吉神社から町並みと出羽丘陵を展望。

- 催行日：2022年4月30日土曜日
- 集合時間：PM1：00 現地集合
(集合場所は追ってご案内)
- 解散時間：PM4：30 集合場所解散
- 歩行距離：約3.6km
- 累積標高：約240m
- ガイド料：お一人様3,000円

抹茶付

◆お申し込みにあたりお読みください◆

□ 服装について

- 登山ウェアや運動着など動きやすい服装とし、汗などで濡れても乾きやすい素材の衣類でご参加ください。
- 綿100%素材は乾きにくく汗冷えますので避けてください。
- 雨や風を通さないレインウェアを、晴れていてもご用意ください。

□ 靴について

- 登山靴やトレッキングシューズ、運動靴などの滑りにくい靴でご参加ください。
- 防水スプレーを予めかけてください。
- 靴底が剥がれそうではないか必ずご確認ください。

□ 必ず保険にご加入ください

- ご参加の際はハイキングを含むレジャー保険に、各自でご加入ください。コンビニの端末やスマホなどで手続き可能な、数百円から加入できるワンデイ保険などもあります。分からない場合は当方(このチラシ表のメールアドレス)へご相談ください。

※小学生以下のお子様とのご参加の場合、コースによっては難しい場合もありますので可能かどうかご相談ください。
※未成年の方だけでのご参加の場合は保護者の方からの同意書をお願いしております。

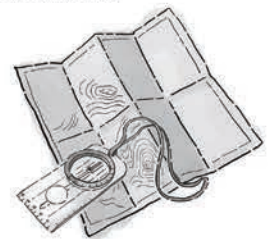
必ず必要なもの

荷物はザックに入れてご参加ください

- 雨具 (レインウェアを必ずお持ちください)
- 飲料水など飲み物 (スポーツドリンクがベスト)
- おやつ (加熱処理なしで食べられるもの)
- 参加コースによっては昼食
- 健康保険証のコピー
- 防寒衣類 (セーターやフリースなど)
- タオルなど汗拭き
- 帽子
- 手袋 (滑り止めのついた軍手などでも可)

あると便利なもの

- サングラス (UVカットのもの)
- トレッキングポール (キャップ付)
- ロールペーパーやティッシュペーパー
- ビニール袋 (ゴミ袋などにするため)
- 薬類 (必要に応じて)
- 虫除けスプレー
- ゲイター (スパッツ)
- 日焼け止め



◆わたしたちがご案内いたします◆



ヒロちゃんガイド 酒井浩
森林インストラクター
増田ネイチャークラブ (代表)
著作：鳥の目・虫の目・子どもの目 無明舎出版
公式サイト：https://hirochan07.hateblo.jp/
フェイスブック：https://www.facebook.com/
/profile.php?id=100006642796682



ばりこガイド 鶴岡由紀子
(公社)日本山岳ガイド協会認定登山ガイド
公式サイト：https://bariko.jp
著作：ばりこの「秋田の山」無茶修行 無明舎出版
連載：ばりこのオンナの山みち SASSOU

