

- ・お申し込みは出発1週間前までにお願いします。
- ・悪天候が予想される場合は日程変更もあります。そのときは、実施前日の夕方6時までに参加者に連絡します。○当日の問い合わせ先：090-4882-2343（板垣）
- ・交通費は参加者人数により増減します。
- ・入浴料は各自ご負担してください

## 平成27年度 「まつスポトレッキング」 要項

### 第1回「国見山」（北上市）

谷筋と稜線とを結ぶコースには小規模ながら急斜面や岩場が散りばめられ、変化に富むおもしろいコース。

- 1 期日 平成27年 4月30日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 7:50
  - 松園中央公園 8:00→展勝地駐車場 9:30→山行→13:30 展勝地駐車場下山⇒入浴（花巻温泉）⇒ 松園中央公園着 16:30
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 1,500 円前後

### 第2回「万寿山」（花巻市）

万寿山は標高410mの低い山ですが、高山植物が咲き乱れている楽しい山です。

- 1 期日 平成27年 5月14日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 7:50
  - 松園中央公園 8:00→台温泉口 9:30→山行→13:30 台温泉口下山⇒入浴（台温泉）⇒ 松園中央公園着 16:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 1,500 円前後

### 第3回「西岳」（一戸町）

ブナ原生林と高山植物等の大自然が魅力で、奥中山高原スキー場を登ります。山菜に期待。

- 1 期日 平成27年 5月28日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 7:50
  - 松園中央公園 8:00→奥中山高原 9:30→山行→14:00 奥中山高原下山⇒入浴（奥中山高原温泉）⇒ 松園中央公園着 16:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 1,500 円前後

- ・お申し込みは出発1週間前までにお願いします。
- ・悪天候が予想される場合は日程変更もあります。そのときは、実施前日の夕方6時までに参加者に連絡します。○当日の問い合わせ先：090-4882-2343（板垣）
- ・交通費は参加者人数により増減します。
- ・入浴料は各自ご負担してください

#### 第4回「氷上山」（陸前高田市）

山頂からの大パノラマは、三陸リアス式海岸、そして遠くは金華山も望めます。

- 1 期日 平成27年 6月11日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→玉の湯温泉口 10:00→山行→14:00 玉の湯温泉下山⇒入浴（玉の湯温泉）⇒ 松園中央公園着 18:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,500 円前後

#### 第5回「田代山」（八幡平市）

三曲山～三方沢山～田代山～駒木立のミニ縦走。山菜にはいい季節です。

- 1 期日 平成27年 6月25日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 7:50
  - 松園中央公園 8:00→サン燦道登山口 9:30→三曲山～三方沢山～田代山～駒木立→13:30 サン燦道登山口下山⇒入浴（焼き走り温泉）⇒ 松園中央公園着 16:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,000 円前後

#### 第6回「源太ヶ岳」（八幡平市） 中級者以上

源太ヶ岳は、お花畑に人気のある山。大深岳から三ッ石山、岩手山への裏岩手連峰の眺めが素晴らしい。長時間山行

- 1 期日 平成27年 7月9日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:50
  - 松園中央公園 7:00→松川温泉口 8:30→山行→15:00 松川温泉口下山⇒入浴（松川温泉温泉）⇒ 松園中央公園着 17:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,000 円前後

- ・お申し込みは出発1週間前までにお願いします。
- ・悪天候が予想される場合は日程変更もあります。そのときは、実施前日の夕方6時までに参加者に連絡します。○当日の問い合わせ先：090-4882-2343（板垣）
- ・交通費は参加者人数により増減します。
- ・入浴料は各自ご負担してください

## 第7回「中岳・四角岳」（八幡平市）

中岳は米代川源流の山。四角岳は秋田・青森・岩手三県の県境の山。360度見渡せる展望が期待できます。

- 1 期日 平成27年 7月23日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→田山の登山口 8:30→山行→14:00 田山の登山口下山⇒入浴（新安比温泉）⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 1,500円 一般 2,500円（保険代込） 交通費 2,500円前後

## 第8回「焼石岳」（奥州市） 中級者以上

頂上からの展望は雄大で八幡平、岩手山、早池峰山、鳥海山、月山および飯豊山などが遠望でき、花の山である。今年度では一番の長時間山行 雪渓歩行も予想される 沢湿地帯あり 雪渓歩行はズック（スニーカー）、長靴は不可となります。

- 1 期日 平成27年 8月6日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→中沼登山口 9:00→銀名水～頂上→15:30 中沼登山口下山⇒入浴（ひめかゆ温泉）⇒松園中央公園着 18:30
- 3 参加費 会員 1,500円 一般 2,500円（保険代込） 交通費 2,500円前後

## 第9回「霞露ヶ岳」（山田町）

海にそびえる山で0mからの登山。船越半島の主峰で中腹がそのまま海に落ち込んでできた高さ350mの大絶壁は「赤平金剛」の名で知られ・圧巻の断崖美！

- 1 期日 平成27年 8月27日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:50
  - 松園中央公園 7:00→参道コース登山口 10:00→漣磯海岸登山口（海拔0m）～頂上→14:00 参道コース登山口下山⇒入浴（ゆったり館）⇒松園中央公園着 18:00
- 3 参加費 会員 1,500円 一般 2,500円（保険代込） 交通費 2,500円前後

- ・お申し込みは出発1週間前までにお願いします。
- ・悪天候が予想される場合は日程変更もあります。そのときは、実施前日の夕方6時までに参加者に連絡します。○当日の問い合わせ先：090-4882-2343（板垣）
- ・交通費は参加者人数により増減します。
- ・入浴料は各自ご負担してください

## 第10回「愛染山」（釜石市）

五葉山の北側に位置する。岩手山 早池峰山 和賀岳 もちろん釜石市の街も三貫島も見える大パノラマが魅力。

- 1 期日 平成27年 9月10日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→箱根峠登山口 9:30→山行→13:30 箱根峠登山口下山⇒入浴（たかむろ水光園）⇒松園中央公園着 18:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,500 円前後

## 第11回「片羽山・雄岳」（釜石市）

片羽山は、三角点のある雄岳と南の雌岳の双子峰で、登山の対象となるのは雄岳。北上山地の名峰で眺望は最高！

- 1 期日 平成27年 9月24日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→青ノ木大口登山口 9:30→頂上→14:00 中沼登山口下山⇒入浴（たかむろ水光園）⇒松園中央公園着 18:30
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,500 円前後

## 第12回「栗駒山」（一関市）

宮城、秋田、岩手の三県にまたがる山。山頂部は宮城県と岩手県の境界になっている。山肌の紅葉が素晴らしい。

- 1 期日 平成27年 10月8日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→須川温泉登山口 9:30→頂上→14:00 須川温泉登山口下山⇒入浴（須川高原温泉）⇒松園中央公園着 18:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,500 円前後

- ・お申し込みは出発1週間前までにお願いします。
- ・悪天候が予想される場合は日程変更もあります。そのときは、実施前日の夕方6時までに参加者に連絡します。○当日の問い合わせ先：090-4882-2343（板垣）
- ・交通費は参加者人数により増減します。
- ・入浴料は各自ご負担してください

### 第13回「石上山」（遠野市） 中級者以上

遠野三山の一つで、早池峰山、六角牛山とともに三山信仰として登られた山で鎖場や鉄梯子が連続する。三点支持ができることが必要。

- 1 期日 平成27年 10月22日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:50
  - 松園中央公園 7:00→登山口 9:30→頂上→14:00 登山口下山⇒入浴（ホテルステイヒルズ）⇒ 松園中央公園着 18:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,500 円前後

### 第14回「鯨山」（大槌町）

船越湾と吉里吉里湾からよく見える山で、その特徴的な山容から、行き交う船が「羅針盤」として位置確認していた山。海岸線の眺望が素晴らしい。

- 1 期日 平成27年 11月5日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→陸中青少年の家登山口 9:30→頂上→13:30 陸中青少年の家登山口下山⇒入浴（ゆったり館）⇒ 松園中央公園着 18:00
- 3 参加費 会員 1,500 円 一般 2,500 円（保険代込） 交通費 2,500 円前後

#### 持ち物・装備、服装

- ・ ○飲み物・昼食等・ザック・登山靴（底のしっかりしたズック可。スパッツがあればベスト）又は長靴（底のすり減っていないもの）・雨具（晴天でも持参）・手袋・帽子・コンパス・サングラス ※服装は寒暖に対応でき、動きやすいもの

#### 注意事項

- ・ 万全の健康管理で参加してください。
- ・ 当日の活動は、原則自己責任になりますのでご注意ください。万一事故が発生した場合は、主催者が保険に加入している範囲外の責任は負いかねます。