

# 令和3年度 まつスポットレッキング 山行11回予定表

※参加費 会 員：2,000円/回

非会員：3,000円/回

ガイド：立花昌雄氏 随員：板垣敬重 佐々木知恵子 2021/03/15作成

集合場所：松園中央公園（盛岡市東松園2-4）※まつスポ事務所：松園テニスコート（西松園3-19-4）019-663-9280

実施日	集合時間 松園帰着時間	山名	標高	ポイント	歩行時間	歩行距離	交通費	上段：入浴施設 下段：入浴料（目安）
1 5月13日	7:30 16:00	月山 (北上市和賀)	583m	新緑・高山植物	3.5h	7km	2,000円	沢内バーデン 440円
2 5月27日	7:30 16:30	白木峠 (西和賀町)	601m	新緑・高山植物	3.0h	6km	2,000円	沢内バーデン 440円
3 6月10日	6:30 16:30	秣岳（まぐさだけ） (秋田県東成瀬村)	1,424m	新緑・高山植物 白玉の木の群生	4.0h	7km	3,000円	須川温泉 600円
4 6月24日	6:30 17:30	牛形山 (北上市)	1,339m	高山植物・秘湯 平成29年リベンジ山行	5.5h	9km	2,500円	夏油観光ホテルor入畑 温泉 600円
5 7月8日	7:00 16:30	みちのく潮風トレイル 浄土ヶ浜～休暇村陸中宮古 (宮古市)	0～90m	浄土ヶ浜～日出島漁港～崎山の 潮吹穴～休暇村陸中宮古	4h	7.5km	2,500円	休暇村陸中宮古 510円
6 7月29日	6:30 17:00	秋田駒ヶ岳 (秋田県仙北市)	1,637m	高山植物 八合目～笹森山～湯森山～横岳 ～阿弥陀池小屋～八合目周回	5h	8km	2,000円	アルパこまくさ 550円
7 9月2日	6:30 16:30	皮投岳 (秋田県鹿角市)	1,122m	高山植物	3.5h	5km	2,500円	五宮の湯 500円
8 9月16日	7:00 16:30	白岩岳 (秋田県仙北市)	1,177m	ぶな林が美しい 初秋の紅葉・きのこ	4.5h	8km	2,000円	わらび座ゆぼぼ 650円
9 10月7日	7:00 16:30	愛染山 (釜石市・住田町)	1,228m	紅葉	3.5h	5km	2,000円	東和温泉 600円
10 10月21日	7:30 16:30	安比岳 (八幡平市)	1,493m	紅葉（きのこ）	5h	7km	2,000円	八幡平温泉森の湯 600円
11 11月4日	8:00 16:30	七時雨山 高清水登山口 (八幡平市)	1,063m	晩秋の景色（きのこ）	3.5h	6km	2,000円	八幡平綿帽子温泉館 あずみの湯 600円

※参加希望者は1週間前までにメールでお申し込みください Eメール keijuu601@docomo.ne.jp ショートメール090-4882-2343

●参加費・交通費は当日徴収します。●諸般の事情による中止・延期の連絡はメールで行います。連絡用メールアドレスをお知らせください。●各山行、万全の装備（飲み物・昼食・行動食等・ザック・トレッキング靴（底のしっかりした靴。スパッツがあればベスト）・雨具（晴天でも持参）・手袋・帽子等）●服装は寒暖に対応でき、動きやすいものをご用意ください。●当日は万全の健康状態で参加してください。活動は、原則自己責任になりますのでご注意ください。万一怪我や事故が発生した場合は、主催者が加入している保険の範囲内で対処します。範囲外の責任は負いかねますので確認のうえご参加ください。

●新型コロナウイルス感染予防対策のため、バス移動中のマスク着用と会話自粛をお願いします●