

# 登山計画書

こまくさ会 8月山行

<期日>8月16日(金)～18日(日)二泊3日<16日室堂バスターミナル午前11時頃集合>

<山名>雷鳥沢～立山3015m～別山2874m～奥大日岳2605m

<目的>夏合宿集合地で現役生と交流を深め、北アルプス立山周辺の自然の雄大な景色を楽しむ。

<参加者>

関根則子(10)CL B 埼玉県比企郡小川町 09032413128 装備・医療

有馬滝菜(35)SL 愛知県大府市 食糧・気象

<予定コース>

16金 11時頃室堂バスターミナル地上の出口付近集合→(0:40)雷鳥沢テント場

テント設営後、高度順応も兼ねて付近のお花畑を散策くつろぐ。

17土 雷鳥沢(1:30)一ノ越(1:20)大汝山(0:35)真砂岳(1:10)別山北峰(0:40)別山  
乗越(1:20)雷鳥沢・・・現役生夏合宿全体会に参加 雷鳥沢ヒュッテの温泉訪問

18日 雷鳥沢(0:40)新室堂乗越(2:00)奥大日岳(1:40)新室堂乗越(0:30)雷鳥沢テント  
撤収(0:40)室堂バスターミナルにて解散

<持ち物>

個人装備→リュック・登山靴・長袖長ズボン・帽子・タオル・雨具上下・厚手の靴下・フリースか毛セーター・手袋・防寒具・シュラフ・マット・食器・水ポリ・トイレペ・着替え・ヘッドランプ・サブザック・行動食(二日分おやつ、つまみ)・米一人2合・その他各自必要な物

共同装備→4人用テント一式・銀マット・コッヘル・スベアとライターセット・灯油500ミリットル・ろうそく(以上を関根が持参し、室堂で荷物分担)

<食糧計画>16金の昼は各自持参か済ませてくること。

16金夜、17土朝昼夜、18日朝までの食糧計画と全員分の食材は有馬が用意持参。18日ピストン時は各自の行動食用意、室堂で解散前に食堂でお昼ご飯をとる。

<備考>

\* 天候や体調によっては17土と18日のピストンコースを入れ替える場合があります。

\* 3年ぶりの夏合宿集合地です！飛び入り参加、差し入れ大歓迎！！女子部員を部長に冠している歩こう会の現役生達と交流して元気をもらいましょう！！

\* 参加希望の方は2日前までに関根までメールください。間に合います！テントも増設可。

\*\*\*\*\*

参加希望や急な連絡、ご質問等ありましたら、

関根携帯メール [noripysekine3128@docomo.ne.jp](mailto:noripysekine3128@docomo.ne.jp) までお知らせ下さい。