平成２５年１０月山行　登山計画書

野山を歩いてみませんか

北緯40度放牧地と原生林の森へ

安家森・遠別岳

十和田山岳会

日　時　　平成２５年１０月２０日（日）　午前６時出発～午後６時帰着
　　午前５時４５分まで「十和田市総合体育センター」集合の事
場　所　　安家森（ｱｯｶﾓﾘ　1,239m）・遠別岳（ﾄｵﾍﾞｯﾀﾞｹ　1,235m）岩手県岩泉・葛巻町
会　費　　会員　３，５００円　　一般　４，０００円（保険代、交通費、資料代含む）
定　員　　３２名まで（先着順）　小雨決行（中止のときは前日までに連絡します）
締　切　　**10月7日（月）まで　十和田山岳会・扇田（オオギタ）へ**
　　ＴＥＬ・ＦＡＸ　０１７６－２２－２５１０

行　程（予定）　　==バス　——歩行

十和田市==下田百石 IC==折爪ＳＡ==九戸ＩＣ==袖山高原登山口——
6:00　6:30　7:05-15　7:20　8:20-40 **ﾄｲﾚ準備運動**
安家平——平庭巻道分岐——遠別岳——平庭巻道分岐——安家平——安家森——
9:00-05　9:50-55　10:30-40　11:10　11:50-55　12:30-13:00 **昼食**
登山口==平庭山荘しらかばの湯==道の駅==九戸 IC==下田 IC==十和田市
13:30-14:00　14:30-15:30　16:20-45　16:50　17:30　18:00

★　ゆっくり歩いて　往復　４時間です

※　平庭高原でお風呂の時間を取ります（入浴料は別料金）
　　状況により、登山口で馬淵川源泉見学と、九戸道の駅(ｵﾄﾞﾃﾞ館)に寄ります。

持ち物

登山靴、 雨具、防寒具、帽子、手袋、水筒(水)、虫よけ、昼食、行動食(お菓子など)、ストック、着替え、風呂道具、常備薬、お金　など

☆　緊急現地連絡先　０９０－３４６９－６２３６　扇田　守
☆　当日にあらためて「登山計画書、参加者名簿、地形図」を配布いたします