

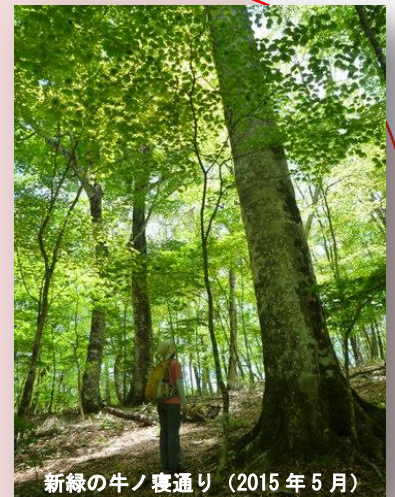
## 【宿泊/中級】

山歩き経験者向けです。歩行 5 時間以上、標高差 600m 以上が目安のコース設定。  
本格的な山歩きができる体力のある健康な人であれば、年齢は問いません。

### [数馬の湯に泊まる・縦走トレッキング①]

- ☆特別企画～数馬の湯の宿泊付き！
- ☆個人では行きにくい奥多摩深南部縦走！
- ☆武蔵五日市駅からの送迎付き！

## 巨樹と新緑トレイル！牛ノ寝通りから みとうさん 三頭山(1524m)・笹尾根縦走



新緑の牛ノ寝通り (2015年5月)

❁集合:5月22日(火) 8:10 JR 中央本線・上野原駅 2 番線ホーム 集合  
(8:06 着あり)

#### ❁行程:

- 22 日◇温泉の車で移動～//小菅村・小菅の湯 10:00—山沢入りのヌター  
鶴寝山(1368m)—松姫峠—奈良倉山(1348m)—同・鶴峠 16:00 [約 6 時間]  
//～温泉の車で数馬の湯へ [宿泊]
- 23 日◇温泉の車で移動～//鶴峠 8:00—神楽入ノ峰(1447m)—三頭山西峰(1524m)—  
榎寄山(1188m)—数馬峠—檜原村・数馬の湯 15:00 [約 7 時間]  
//～入浴後、17:30 ころ武蔵五日市駅にて解散

❁持ち物:バックパック、トレッキングシューズまたは登山靴、ストック、レインウェア上下、防寒  
着、帽子・手袋、水筒・保温ポット(10以上)、昼食・行動食(二日分)、非常食、ヘッドラ  
ンプ(予備電池も)、持病薬、保険証、温泉セット・着替え

❁地図:『奥多摩』(昭文社)

❁参加費用:15,000 円/人(傷害保険料込、朝・夕食は別途)

❁定員:8 名(先着順)

数馬の湯トラベル

数馬の湯 営業所

東京都知事登録旅行業地域-6722 号

国内旅行業務取扱管理者 岡部重久

〒190-0221

東京都西多摩郡檜原村 2430

TEL042-598-6789 fax042-598-6543

#### ❁お申し込み:

3 日前までに、数馬の湯トラベル・数馬の湯営業所にお申し込みください。

TEL042-598-6789・FAX042-598-6543

初めての方は参加申込書の提出をお願いいたします。  
ホームページから参加申込書を印刷してご記入の上、  
FAX または郵送でお申し込みください。記載内容を  
ご確認の上、折り返しご連絡を差し上げます。



★台風等荒れた天候でない限り  
は雨天決行です。

★現地諸事情により、ガイドの判  
断で計画を一部変更、または中止  
する場合があります。