

2025年7月～9月

※バス座席整理券は、センター正面玄関で6:00より配布いたします。

講師と行くトレッキング (初級)

年齢制限
79歳まで

指定コースを除き大型バスで実施します。このコースには、昼食が付いておりません。あらかじめご準備いただくか、途中の休憩場所(SA/PA)等でお買い求めください。

講師 柴田 功

実施日 第1日 第3木

朝の受付開始時刻は、6:30出発は6:00開始

7:00出発は6:30開始

キャンセル料(取消料)などの詳細は裏面
(または別紙)をご覧ください。



マナベル倶楽部 ☎053-456-1229

※80歳以上の方でも体力・既往歴がないなど健康上問題ない方で、参加をご希望の方はご相談ください。

7月	4075-1	4075-2	🚗 ドライバー2名 出発時刻 6:30	行先: 長野県茅野市
	6日(日)	17日(木)		浜松 IC ルート

日本百名山

蓼科山(2,530m)を7合目から登ろう

八ヶ岳連峰の最北端に位置し、円錐形の美しい姿から「諏訪富士」とも呼ばれています。山頂からは360度の大自然が広がり、八ヶ岳連峰、浅間山、霧ヶ峰、美ヶ原、北アルプスなどを望むことができます。また、蓼科神社の奥社が祀られており、登山道の七合目には鳥居が立っています。

センター**6:30**—浜松IC＝〈高速〉＝7合目…將軍平…蓼科山山頂…將軍平…7合目—たてしな自由農園原村＝〈高速〉＝浜松IC—センター19:45頃



蓼科山

旅行代金 **¥17,800**

距離:約4.6km 歩行時間:約3時間30分
累積標高差:±625m

8月	4076-1	4076-2	🚗 ドライバー2名 出発時刻 6:30	行先: 長野県南佐久郡
	3日(日)	21日(木)		浜松 IC ルート

苔が美しい、北八ヶ岳の森

白駒池・高見石(2,330m)

白駒池は長野県の八ヶ岳にある標高約2,100メートルの美しい湖で、日本最大級の高山湖のひとつです。周囲は苔むした原生林に囲まれ、「日本の貴重なコケの森」にも選ばれています。高見石は、白駒池の近くにある標高2,275メートルの岩場で、登ると白駒池を見下ろす絶景が広がります。

センター**6:30**—浜松IC＝〈高速〉＝麦草峠①…丸山…高見石小屋…白駒荘…白駒の池入口…麦草峠②＝〈高速〉＝浜松IC—センター19:30頃



白駒の池

旅行代金 **¥17,800**

距離:約6km 歩行時間:約3時間30分
累積標高差:±221m

9月	4077-1	4077-2	🚗 ドライバー2名 出発時刻 6:30	行先: 長野県駒ヶ根市
	7日(日)	18日(木)		浜松西 IC ルート

美しい中央アルプスの最高峰 木曾駒ヶ岳

千畳敷カール(2,612m)～乗越浄土(2,870m)

木曾駒ヶ岳は、中央アルプス(木曾山脈)の最高峰、日本百名山にも選ばれており、初心者でも登りやすい山として人気があります。ロープウェイでアクセスできる千畳敷駅が有名で、そこから山頂までのルートは比較的安全で景色も素晴らしいです。

センター**6:30**—浜松西IC＝〈高速〉＝バスセンター—高原—しらび平—千畳敷駅…乗越浄土…千畳敷カール…千畳敷駅—しらび平—高原—バスセンター＝〈高速〉＝浜松西IC—センター19:00頃



乗越浄土

ロープウェイ・高原バスを利用します。旅行代金 **¥21,800**

距離:約2km 歩行時間:約2時間30分
累積標高差:±約260m

※ 全コース貸切りバス利用です。 ※ 写真はすべてイメージです。