














信州の山を歩き尽くそう！
『信州の山50座倶楽部』
2018年5月～9月 スケジュール・料金表

NO	1	2	3	4	5	6
	南木曾岳と鳳凰の大川入山縦走 (1泊2日)	花と鳳凰の霧防山縦走 (日帰り)	守屋山縦走と鈴鹿吟入笠山 (1泊2日)	花と信仰の戸倉山・赤澤ゆかりの鳳凰山・鬼面山 (2泊3日)	美ヶ原縦走 (日帰り)	飯盛山と八ヶ岳鳳凰の天狗山・男山 (1泊2日)
コース名						
旅行日	2018/5/12(土)～5/13(日)	2018/5/16(水)	2018/5/19(土)～5/20(日)	2018/5/21(月)5/23(水)	2018/5/27(日)	2018/6/2(土)～6/3(日)
旅行代金 (交通費・宿泊代・ 山岳ガイド・昼食費用)	43,800円	12,800円	37,800円	47,800円	14,800円	29,800円
募集人員 (最少催行人員)	8名限定	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)
出発場所/時間	松本駅 8:30	松本駅8:30	松本駅8:30	松本駅7:30	松本駅8:00	松本駅8:00
登山口	山荘あららぎ前/あららぎ高原スキー場	善知鳥峠(数台)	守屋山神社里宮/沢入登山口	子供の森P/戸倉山キャンプ場/地蔵峠	原峠駐車場	清里駅/馬越峠
下山口	あららぎ高原スキー場/治部坂高原スキー場	小野神社	守屋山神社里宮/沢入登山口	子供の森P/戸倉山キャンプ場/地蔵峠	美ヶ原高原自然保護センター	平沢峠/御所平(車道)
ガイド	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ
バス会社	アルピコタクシー・美勢タクシー	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス
1日目	山荘あららぎ前バス下車1030 ―登山口避難小屋・トイレ1100～1110 ―昼食は行動食 ―南木曾岳山頂1410～1430 ―山荘あららぎ1800 【宿泊】ホテル阿智川予定	R153善知鳥峠バス下車0930 ―大芝山 ―霧防山山頂屋敷休憩1230～1250 ―小野・矢彦神社参拝、バス乗車1430～1500 松本駅解散1630	杖突峠ドライブイントイレ休憩0930～0950 ―守屋神社里宮1000 ―守屋山山頂屋敷休憩1200～1220 ―守屋山西峰1250～1310 ―守屋山東峰經由分杭平(仮設トイレ)1400 ―登山口駐車場バス乗車1500 ―諏訪大社上社本宮参拝1530～1600 ―諏訪大社下社本宮参拝1530～1600 ―諏訪大社下社本宮参拝1530～1600 ―諏訪大社下社本宮参拝1530～1600 【宿泊】上諏訪温泉浜の湯予定	高遠道にて伊那 子供の森公園駐車場(標高550)0930～0950 ―押洞(おしほら)ルート、虚空蔵山山頂(標高1100)屋敷休憩1200 ～1220 ―白山社奥宮1320～1330 ―鳳凰山山頂1400～1420 ―高鳥屋山ルートにて下山、猿倉の泉駐車場1630～1650 【宿泊】早太郎温泉なごみの湯なかやま予定	原峠駐車場0900 ―茶臼山山頂1040～1050 ―塩くれ場1140 ―美しの塔1150(晴天時屋敷休憩1210) ―王ヶ頭ホテル・トイレ・コヒートム(雨天時は直行して屋敷休憩)1300 ～1330 ―王ヶ頭經由王ヶ鼻1400～1410 ―自然保護センター駐車場1440 R254經由で清里温泉1530～1630 松本駅解散1700	清里駅0～1～0930着、トイレ及び準備0950歩き出し ―飯盛山山頂屋敷休憩1210～1230 ―山頂周辺を散策の後平沢山經由で平沢峠駐車場へ(しし岩 望)1330 清里などの宿に宿泊(清里であれば14～17時まで清泉寮や北澤 美術館などフリータイムか?) 【宿 泊】ベンジランドライブ気分予定
2日目	星神にて宿泊 あららぎ高原スキー場駐車場0900 ―昼食は行動食 ―大川入山山頂1300～1320 ―治部坂高原スキー場・トイレ1600 入浴可能1600～1700 松本駅解散1900	無	宿発0830 沢入登山口トイレ0930～0950 ―入笠温泉1100～1130 ―入笠山山頂屋敷休憩1210～1230 ―大阿原温泉1300～1320 ―沢入登山口まで車道を3km弱下る、バスにて1400～1420 金鶏の湯など温泉立ち寄り 松本駅解散1700	宿発0800 戸倉山キャンプ場駐車場0900～0920 ―戸倉山西峰(展望ヒコウ)、避難小屋、東峰(三角点ビコ)空いて いる所で屋敷休憩1200頃 ―市野瀬へ下山1600 ―下山地の入野谷宿へ直接下山 【宿泊】入野谷予定 松本駅解散1600	無	宿発0700 ―馬越峠0800 ―天狗山山頂0940～0950 ―男山山頂屋敷休憩1210～1230 ―御所平路駐まり1430 ―アケソール清里にて温泉入浴1530～1630 松本駅解散1800
3日目	無	無	無	宿発0800 R152地蔵峠0900～0920 ―丸面山山頂屋敷休憩1150～1210 ―地蔵峠1330 松本駅解散1600	無	無
難易度	難易度4	難易度1	難易度1	難易度2	難易度2	難易度1
難易度 備考		*鈴鹿の時期に縦走し 下山地の古社を参拝する 5時間 難度1				

7	8	9	10	11	12	13
高社山縦走と飯綱山霊仙寺山縦走 (1泊2日)	三峰山ニツ山鉢伏山縦走 (日帰り)	駒草の木曾御嶽山大周回縦走 (1泊2日)	小遠見山と高山植物園 (日帰り)	彌笠山と蓼科山縦走 (1泊2日)	金峰山縦走 (1泊2日)	男女倉山蝶々深山大周回 (日帰り)
						
2018/6/2(土)～6/3(日)	2018/6/16(土)	2018/8/18(土)～8/19(日)	2018/8/25(土)	2018/8/30(木)～8/31(金)	2018/9/1(土)～9/2(日)	2018/9/15(土)
35,800円	12,800円	34,800円	13,800円	26,800円	34,800円	12,800円
15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)	15名(10名)
松本駅7:30	松本駅8:00	松本駅7:30	松本駅8:00	松本駅8:00	松本駅8:30	松本駅8:00
高社神社P/一の鳥居登山口P	三峰ドライブイン	御岳ロープウェイP	7ヶ所平駅		大池峠P	車山肩
よませスキー場P/車道路駐	鉢伏山送	湯川温泉P	7ヶ所平駅		里宮平P	車山高原
信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ	信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ
朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス	朝日観光バス
高社神社中社駐車場0930～0950 一赤岩コースにて高社山山頂1400、途中適地にて昼食休憩 一よませスキー場コースにて下山、登山口駐車場トイレ1540～1600 【宿泊】ロイヤルホテル長野予定	三峰ドライブイン、トイレ0900～0920 一三峰山山頂0950 一ニツ山山頂昼食休憩1240～1300 一鉢伏山山頂1440～1500 一鉢伏山荘駐車場バスミット1530 入浴1600～1700 松本駅解散1800	御岳ロープウェイ麓ノ瀬駅1030 飯森高原駅1100 一女人堂昼食休憩1230～1250 一覚明堂1430 一ニノ池1500 一摩利支天乗越1600 一五ノ池小屋1640 【宿泊】五ノ池小屋予定	エスカララザ発1000 一アルプス平駅1010 一地蔵ノ頭1040 一小遠見山山頂昼食休憩1230～1250 一アルプス平駅1420～1440 一エスカララザ1500 温泉入浴 1530～1630 松本駅解散1830	七倉目登山口トイレ、バス下車0930-0950 一将軍平1200～1220 一大河原峠駐車場トイレ1400～1420 一白樺湖近辺で温泉入浴15:00～16:00 【宿泊】八峰苑鹿の湯予定	松本駅0830 双葉SA休憩1000、勝沼、大池峠駐車場トイレ昼食休憩1200～1220 一金峰山山頂、五丈石1510～1540 一金峰山小屋1600 【宿泊】金峰山小屋予定	車山肩駐車場0930 一車山山頂1030～1040 一男女倉山山頂昼食休憩1220～1240 一鉢ヶ池キャンプ場トイレ(八島ヶ原湿原見物休憩)1300～1330 一物見岩經由蝶々深山山頂1440～1500 一車山肩バスミット1600～1620 松本駅解散1800
宿発0800 一の鳥居登山口駐車場トイレ0900～0920 一飯綱山山頂昼食休憩1220～1240 一霊仙寺山山頂1330～1340 一霊仙寺山山頂下下山車道にてバスミット1540 悪路を下山しているため下山後温泉入浴1610～1710 松本駅解散1840	無	小屋発0700 一籠子岳山頂0740～0800 一四ノ池と三ノ池の中間峰0900 一三ノ池を周回して五ノ池小屋1000 可能ならうどんなど軽食タイム 小屋再出発1100 一湯河温泉1420～1520 松本解散1800	無	観音平駐車場1000 一御手川昼食休憩1200～1220 一彌笠山山頂1350～1410 一富士見高原ゴルフコース登山口1740	金峰山小屋は完全予約、定員制なので注意 小屋発0630 一金峰山山頂0650～0700 一富士見平小屋トイレ1000～1020 一里宮經由里宮平バスミット1120～1130 一増富温泉、入浴と昼食1200～1330 松本駅解散1600	無
無	無	無	無	無	無	無
難易度3	*三葉薔薇が咲く時期 5時間 難路を含む 難度2	難易度3	*山頂往復3時間 植物園散策等30分 難度1ただし高地*	難易度3	難易度3	*車山肩～車山山頂 ～蝶々深山～鉢ヶ池キャンプ場 (悪天時はここから 男女倉山を往復し 八島湿原へエスケープ可能) ～八島湿原周回 ～男女倉山 ～山彦尾根 ～信濃路自然歩道 ～車山高原