



秋合宿

10/11~13

天気が良くなさそうだったらコースを変えます

○コース

松本駅～道の駅（ここまで1:30）～梓湖～夕食（ここまで3:30）～湯けむり館（風呂）～観光センター
 番所大滝近くのスーパー（筒井商店）は18:00まで。3日目の朝食も購入する
 風呂は21:00まで

観光センター～三本滝（1:00）～乗鞍～平湯温泉～安房峠～沢渡温泉
 沢渡温泉（6:30出発）～釜トンネル（7:00）～大正池～（徒歩）～上高地～松本駅

○電車

武蔵小杉経由だと大岡山 5:37、目黒経由だと大岡山 5:27 ですわ。

立川（6:43）～高尾（7:03）～甲府乗換え～松本（10:58） 松本駅西口に降りてください

※学割がつかます。	目黒(東京都区内)～松本	3110円	
事前に購入してください	武蔵小杉～松本	3110円	
	※武蔵小杉～宿河原	2850円	← 少しでも得になります
	宿河原～松本	+160円	

○持ち物

（晴れると朝晩相当寒いので要注意 日中は半袖+防寒着くらいでいけると思う）

必要と思う物、レインウェア、防寒具(ウインドブレーカー)、工具類、
 (塗る)カイロ、シュラフカバー、ニット帽、暖かい靴下(寝る時用)、
全体で用意するもの→EPIガス、テント(2)、コッヘル

○その他

- ・狭いトンネルの連続区間があるので注意しましょう。(歩道は無い、道も悪い、車は多い)
- ・初日の夕飯は湯けむり館の手前 1km 程度のところにある豚しょうが焼き定食がオススメ。
- ・途中の乗鞍の冷泉は必ず飲むこと。おいしいよ。
- ・乗鞍は日本列島のど真ん中だけど運がいいと海まで見えるかもしれないという眺望はやばい！
- ・湯けむり館(1500m 程度)よりも沢渡駐車場(1000m 程度)の方が、山間にあるので寒い。
- ・上高地はまさに楽園。大正池～歩くことをオススメします。
- ・かっぱ橋らへんの急流でカモが川下りをしている。川を渡って、中州から穂高岳を眺めましょう。

