

固有種の宝庫・日高山脈の花の名山と古の道を歩く

アポイ岳登山と様似山道ハイキング

5月29日(月)～30日(火)

旅行代金 お一人様 **60,000 円**

札幌駅発着 【出発時間】午前7時00分 【帰着時間】午後18時30分頃予定

- ツアーリーダー同行
- 6名様より催行
- 宿泊:アポイ山荘ホテル(または同等クラス)
- 2～4名1室 ※お一人部屋希望の方は8,000円追加料金がかかります

暫定行程表

日	地名	行程	食事
5/29 (月)	札幌駅北口 アポイ山荘 山道東口 様似山道 山道西口 アポイ山荘	7:00 札幌駅北口＝日高自動車道＝9:00 日高厚賀インター＝10:30 山道東口(ハイキング開始)・・・ 様似山道 (多彩な花が見られます)・・・15:30 山道西口 ●歩程:約6km/4～5時間 ＝16:00 アポイ山荘ホテル 【アポイ山荘ホテルまたは同等クラス・泊】	一 一 夕
5/30 (火)	アポイ山荘 アポイ岳 アポイ山荘 札幌駅北口	7:00 朝食、8:15 アポイ山荘出発＝8:30 アポイ岳登山口・・・旧道コース・・・ 馬の背 (カンラン岩が露出し、好天なら展望絶景。お花畑が広がります)・・・12:00 アポイ岳 (810m)・・・ 幌満お花畑 ・・・往路下山・・・14:00 アポイ岳ビジターセンター(時間が有れば見学/無料)＝アポイ山荘(入浴・各自払い/約1時間) ●歩程:登り約3時間・下り約2時間 ＝日高自動車道＝18:30～19:00 札幌駅北口・解散	朝 一 一

※交通 = 専用車での移動 ...徒歩にてハイキング

※記載の時間は予定です。道路状況、歩くペース、天候などにより前後しますのであらかじめご了承ください。

※天候などにより、1日目と2日目の行程を入れ替える場合があります。

※昼食は各自となります。登山中、ハイキング中に手軽に摂れるものをご用意し、携行して下さい。

なおホテルでお弁当の注文も可能です(要前予約)。

※下山後の温泉は各自払いとなります。なお、時間が押し、札幌帰着時間が遅くなる場合は割愛させていただきます。

この時期に見られるアポイ岳の固有種



サマニユキワリ(イメージ)



アポイアズマギク(イメージ)

アポイ岳登山と様似山道 持ち物リスト

	品名	数量	チェック	備考
1	登山または軽ハイキング用の靴	1組	○	防水性の良いゴアテックスや皮革製の軽ハイク靴など。出きればハイカットの靴で、履き慣れたものを。移動用と兼用でも可。
2	タウンシューズ	1組	△	移動時に履く運動靴やスニーカーなど。
3	旅行かばん（小～中）	1個	○	行動中、車に預ける荷物入れ用。バッグやスーツケースでも良い。
4	ハイキング用ザック	1個	○	ハイキング時に背負うザック。目安は容量 20～35ℓ程度の日帰り用。
5	雨具（上下）	1着	○	出来るだけしっかりとしたゴアテックス製の上下セパレート型が良い。ウインドブレーカー代用可。防寒着としても活用します。
6	薄手ダウンジャケット（防寒着）	1着	○	5月下旬はまだ朝夕と冷え込む日もあります。また雨、風が強いと稜線では寒いので、薄手のダウンジャケットやフリースジャケットなどの防寒着は必ずご用意ください。雨具を兼用しても結構です。
7	衣類（着替え）	適数	○	長袖シャツ、スラックス、下着、靴下、着替えなど。
8	帽子（日除け用と防寒用）	1個	○	好天時、強い日差しを遮るため、つばのある帽子を。また、寒い時に耳を覆う防寒用の帽子も合わせてご用意下さい。
9	手袋（薄手・厚手）	2個	○	薄手と気温が低い時のために厚手もご用意ください。
10	サングラス	1個	△	好天時、強い紫外線から、目を保護する為に有ると良いでしょう。
11	水筒（テルモス）	1個	○	容量 1～2ℓ程度。ペットボトルでも可。温かい飲み物を持ちたい方はテルモス（魔法瓶）も重宝します。
12	洗面用具	適数	○	浴衣、タオル、バスタオル、歯ブラシ、シャンプー類は宿泊施設に部屋のアメニティとして付いています。
13	筆記用具	適数	○	メモ帳やボールペンなど。
14	お財布 クレジットカード	適数	○	クレジットカードは便利です。保管に気をつけましょう。
15	携帯電話	1個	○	お持ちの方は緊急の連絡用に携行して下さい。
16	ショート・スパッツ	1組	△	雨天時にぬかるみ対策用としてあると便利でしょう。
17	折り畳み傘	1本	△	林道歩きなど、差し支えの無い道では、小雨の時にさしていただいてもかまいません。登山に持参するかは各自でご判断下さい。
18	日焼け止め	適数	△	強い紫外線と乾燥から肌を守るために。リップクリームも。
19	ストック(杖)	1組	△	普段、山歩きに使用している方はお持ち下さい。伸縮式が収納出来て便利です。
20	医薬品・マスク	適数	△	持病用の特別な薬などがあれば各自でご用意下さい。マスクは予備も含めて多めにご用意下さい。
21	ザックカバー	1枚	△	ザックの防水用レインカバー。歩行中の急な降雨に備えて。
22	カメラ・ビデオ	適数	△	予備電池、充電装置も忘れずに。
23	嗜好品・おやつ類	適数	△	初日、移動途中のスーパー、コンビニに立ち寄る時間があれば購入可能です。また宿の売店でも多少のおやつは購入できますが、普段愛用している行動食などあれば事前にご用意下さい。

○=必要なもの △=あると便利なもの ※あくまでご参考にして下さい。