

LMC	七面山		新潟県立長岡工業高校同窓会 東京支部山の会	
	登山計画書・10/19 改訂版		平成22年・忘年山行	

期 日	12月 20日・21日	集 合	京王新宿バスターミナル 7時30分 集合 府中発 8時06分
-----	-------------	-----	-----------------------------------

12月20日	新宿・BT	7:40			高速BUS				
	府中	8:06			高速BUS				
	飯富	10:50		10:42	TAXI				
	羽衣登山口	11:30	1:00	11:20					
	中適坊	13:00	0:30	12:30	昼食				
12月21日	敬慎院		3:00	16:00	御勤め	夕食	入浴	就寝	
			起床	ご来光	ご来光	御勤め	朝食		
		7:00	5:30	5:45	5:50	6:00	7:00		
	七面山頂	8:40		8:30					
敬慎院	9:35		9:30						
羽衣登山口	11:40		11:35	ホテル送迎車					
下部温泉		4:00	12:00	入浴	昼食				
		16:10		ホテル送迎車					
	飯富	16:49		16:40					
	府中			19:25	高速BUS				
	新宿			19:51	高速BUS				
参加者		参加者		携帯		家族緊急			
	1	川 澄 昂		08010835036		08011023917			
	2	櫻 井 明				0457711088			
	3	阪 西 保				0436740048			
	4	星 富 夫				0487948722			
	5	石附 正雄				0474921575			
	6	佐 野 太		09034992064		0423777217			
	7	川村 吾一							
	8	樋 口 昭							
	9	勝沼 正敬							
食料	初日の昼食								
	非常食	果物	パンなど菓子類			京王バス	2,520		
	水	アルコールは控えめに				TAXI	800		
	装備	雨具				概 算	交通費		
		防寒具	フリース・セータ					高速バス	2,520
		手袋	風雨の体感温度は氷点下				宿泊費	宿坊	5,200
		スパッツ						入浴	下呂温泉
		ザックカバー					その他		酒 類
		ストック							祈願料
		帽子					合計		19,800
着替え衣類									
入浴セット									
簡易アイゼン									
カメラ	電池保温用ホッカイロ			BUS料金	新宿～飯富	回数券	2,520		
電話	敬慎院	0556-45-2551	予約済	ジャンボTAXI	府中～飯富	佐野さん	2,200		
	俵屋観光TAX	0556-45-2500	¥7,200		飯富～羽衣	飯富～羽衣	10,000		
	ホテル守田	0556-36-0111	予約済						
	京王BUS	03-5376-2222							