

LMC 残雪の尾瀬・至仏山  
登山計画書

新潟県立長岡工業高等学校同窓会 東京支部 山の会  
(平成26年4月14日 作成)

1. 日程 平成26年4月30日(水)～5月1日(木)  
2. 集合場所 JR上越線沼田駅前 バス発着所 または 戸倉バス発着所  
上野発 9:37 高崎着 11:16 高崎発 11:32 沼田着 12:19 バス沼田発 12:25 戸倉着 13:44  
上野発 11:02 上毛高原着 12:10 バス2番線発 12:25 沼田発 12:50 戸倉着 14:08  
鳩待峠行乗合バスまたは 乗合タクシー 戸倉発 14:30 鳩待峠着 15:05

3. 登山行程

地点	着時間	休憩等	発時間	歩行時間
鳩待山荘 1591m			7:00	2:00
小至仏山山頂 2162m	9:00	0:10	9:10	1:00
至仏山山頂 2228m	10:10	0:05	10:15	0:10
高天ヶ原	10:25	0:10	10:35	0:10
至仏山山頂	10:45	0:00	10:45	0:40
小至仏山山頂	11:25	0:05	11:30	1:30
鳩待峠 1591m	13:00			
	休憩計	0:30	歩行計	5:30

4. 参加者

櫻井 明 (L)	(045-771-1088)	080-3393-8568
阪西 保	(0436-74-0048)	090-8893-7952
星 富夫	(048-794-7822)	090-4912-2742
廣井 均	(096-282-3695)	090-3072-1846
川村 吾一	(0468-42-1678)	080-6673-1814
勝沼正敬	(048-761-0116)	090-6509-6556
佐野 太	(042-377-7217)	090-3499-2064
大嶋 實	(0462-31-3033)	090-8817-0202

6. 装備  
食料 = 登山当日昼食、水(ペットボトル2本)、非常食  
ポット(1L)、行動食、嗜好品。  
ザック、ザックカバー、登山靴、スパッツ、雨具、防寒着、  
帽子、手袋、サングラス、ヘッドランプ、地図、磁石、カメラ  
スノーシューまたはアイゼン、携帯電話、ツェルト、雨傘  
ストック、健康保険証

5. 費用等

	A	B
上野～沼田	2,590	
沼田～戸倉	2,050	
上野～上毛高原		5,180
上毛高原～戸倉		2,450
戸倉～鳩待峠	930	930
山小屋1泊2食	10,000	10,000
鳩待峠～戸倉	930	930
戸倉～上毛高原	2,450	2,450
上毛高原～上野	5,180	5,180
その他費用	3,000	3,000
合計	27,130	30,120

註 Aは、行きは在来線、帰りは新幹線利用。  
Bは、往復新幹線利用。  
自宅～上野駅間は各自計算。

7. 帰途の経路

鳩待峠発	戸倉着	戸倉発	上毛高原着
13:40	14:15	14:27	16:12
14:30	15:05	15:55	16:30

上毛高原(大宮着)	上野着
16:25 17:14	17:34
15:12 17:34	18:34