

1. 日程 2019年8月26日 (月)～29日 (木)
 2. 集合場所 バスタ新宿 (新宿高速バスターミナル)
 3. 集合時間 8月26日 22時30分
 4. 交通機関 アルピコ交通高速バス 23時05分発に乗車。
 穂高駅前 8月27日 4時30分頃着。
 穂高駅前より、タクシーで一ノ沢登山口へ。
 登山口で、朝食。身支度を直して登山開始。

メンバー

| | |
|----|-------|
| L | 阪西 保 |
| SL | 星 富夫 |
| | 大嶋 實 |
| | 勝沼 正敬 |

5. 行程 二日目 8月27日 三日目 8月28日 起床4時30分。朝食5時00分。

| 地点名 | 着時間 | 休憩等 | 発時間 | 歩行時間 |
|-----------|-------|------|-------|------|
| 一ノ沢登山口 | 5:20 | 0:30 | 5:50 | |
| 1,323m | | | | 0:20 |
| 山の神 | 6:10 | 0:00 | 6:10 | |
| 1,360m | | | | 1:05 |
| 王滝ベンチ | 7:15 | 0:00 | 7:15 | |
| 1,599m | | 0:05 | 小休止 | 1:20 |
| 笠原沢 | 8:40 | 0:05 | 8:45 | |
| 1,889m | | 0:10 | 小休止 | 0:50 |
| 胸突八丁入口 | 9:45 | 0:00 | 9:45 | |
| 2,075m | | 0:05 | 小休止 | 0:30 |
| 最終水場 (昼食) | 10:20 | 0:40 | 11:00 | |
| 2,184m | | | | 0:10 |
| 第1ベンチ | 11:10 | 0:05 | 11:15 | |
| ? m | | | | 0:25 |
| 第2ベンチ | 11:40 | 0:10 | 11:50 | |
| ? m | | | | 0:10 |
| 第3ベンチ | 12:00 | 0:05 | 12:05 | |
| ? m | | | | 0:20 |
| 常念乗越 | 12:25 | 0:15 | 12:40 | |
| 2,466m | | | | 0:05 |
| 常念小屋 (泊り) | 12:45 | | | |
| 2,450m | | | | |
| | 休憩等計 | 1:40 | 歩行計 | 5:15 |

| 地点名 | 着時間 | 休憩等 | 発時間 | 歩行時間 |
|----------|-------|------|-------|------|
| 常念小屋 | | | 6:10 | |
| 2,450m | | 0:10 | 小休止 | 1:35 |
| 常念岳山頂 | 7:55 | 0:05 | 8:00 | |
| 2,857m | | 0:10 | 小休止 | 2:55 |
| 2592mピーク | 11:05 | 0:05 | 11:10 | |
| 2,592m | | 0:10 | | 1:20 |
| 蝶ヶ | 12:40 | 0:00 | 12:40 | |
| 2,668m | | | | 0:20 |
| 横尾への分岐 | 13:00 | 0:00 | 13:00 | |
| 2,625m | | | | 0:30 |
| 展望指示盤 | 13:30 | 0:04 | 13:34 | |
| 2,658m | | | | 0:01 |
| 蝶ヶ岳ヒュッテ | 13:35 | | | |
| 2,652m | | | | |
| | 休憩等計 | 0:44 | 歩行計 | 6:41 |

- 四日目 8月29日 起床5時00分。朝食5時30分。

| | 着時間 | 休憩等 | 発時間 | 歩行時間 |
|---------|-------|------|-------|------|
| 蝶ヶ岳ヒュッテ | | | 6:50 | |
| 2,652m | | 0:05 | 小休止 | 1:05 |
| 蝶沢 | 8:00 | 0:05 | 8:05 | |
| 2,120m | | | | 0:45 |
| まめうち平 | 8:50 | 0:05 | 8:55 | |
| 1,900m | | | | 0:50 |
| ゴジラの木 | 9:45 | 0:05 | 9:50 | |
| ? m | | | | 0:20 |
| 吊橋 | 10:10 | 0:00 | 10:10 | |
| 1,413m | | | | 0:15 |
| 三俣 | 10:25 | 0:00 | 10:25 | |
| 1,357m | | | | 0:05 |
| 三俣登山口 | 10:30 | 1:20 | 11:50 | |
| 1,352m | | | | 0:10 |
| 三俣駐車場 | 12:00 | | | |
| 1,280m | | | | |
| | 休憩等計 | 1:40 | 歩行計 | 3:30 |

6. 経費等 合計 35,230円
 高速バス 5,500円
 山小屋1泊2食付 10,000円×2泊=20,000円
 タクシー代往 5,000円。復3,100+3,100=6,200円
 タクシー代合計 11,200円÷4=2,800円
 ほりで一湯四季の郷 入浴料 430円、酒その他 2,800円
 帰り JR運賃豊科～東京 4,430円、特急券 2,500円
 (山小屋での酒や、持込みのものは含まれない)

7. 装備 帽子、手袋、ザック、ザックカバー、スパッツ、登山靴、雨具、雨傘、防寒具、ヘッドランプ、着替え、洗面具、地図、磁石、ラジオ、カメラ、携帯電話、健康保険証

8. 関係連絡先 現地 連絡先
 常念小屋 090-1430-3328 0263-33-9458
 蝶ヶ岳ヒュッテ 090-1056-3455 0263-58-2210
 南安タクシー 0263-72-2855 0263-72-9291

下山後、タクシーでほりで一湯四季の郷へ。入浴して着替え、レストランで無事の下山を祝してビールで乾杯。タクシーを頼んで豊科駅へ。JR大糸線で松本に。松本から特急あずさ30号に乗って帰宅した。