

登山計画書

1 実施日

2015.08.21-22

2 対象

- 八ヶ岳
- 赤岳 2899 m
 - 阿弥陀岳 2805 m

3 メンバー

- メンバー A
 - 携帯 xxx-xxxx-xxxx
 - 自宅 xxx-xxxx-xxxx
- メンバー B
 - 携帯 xxx-xxxx-xxxx
 - 自宅 xxx-xxxx-xxxx
- メンバー C
 - 携帯 xxx-xxxx-xxxx
 - 自宅 xxx-xxxx-xxxx

4 予定コースタイム

集合
JR 東海道線，相模線 茅ヶ崎駅 6:15

登山口まで:茅ヶ崎駅～八ヶ岳山荘
茅ヶ崎駅 6:30 -[自動車,240 min]-赤岳山荘 10:30

1 日目:美濃戸山荘～行者小屋～赤岳天望荘
美濃戸山荘 10:45 -(60 min)- 11:45 ～ 11:55 -(60 min)- 12:55 ～ 13:05
-(30 min)-行者小屋 13:35 -(30 min)- 14:05 ～ 14:15 -(55 min)-地藏の頭 15:10- 赤岳天望荘

2 日目:赤岳天望荘～阿弥陀岳～赤岳鉱泉～美濃戸山荘
赤岳天望荘 6:00 -(45 min)-赤岳 6:45 ～ 6:55 -(70 min)-阿弥陀岳鞍部 8:05 ～ 8:15 -(20 min)-阿弥陀岳 8:35 ～ 8:45 -(25 min)-阿弥陀岳鞍部 9:10 -(50 min)-行者小屋 9:60 ～ 10:10 -(40 min)-赤岳鉱泉 10:50 ～ 11:50 -(60 min)-堰堤広場 12:50 ～ 12:60 -(30 min)-美濃戸山荘 13:30

下山予定
美濃戸山荘 14:00

5 エスケープルート

赤岳～行者小屋
赤岳 0:00 -(80 min)-行者小屋 1:20

6 隊用装備

☐ 医薬品

☐ 提出用計画書

7 個人装備

☐ T シャツ

☐ 防寒具

☐ 化繊下着

☐ ストレッチパンツ

☐ 雨具上下

☐ 靴下

☐ 帽子

☐ 靴紐スペア

☐ 登山靴

☐ タオル

☐ 食器

☐ ナイフ

☐ 水 (2.0L 以上)

☐ ライター

☐ 笛

☐ コンパス

☐ ヘッドランプ

☐ 予備電池

☐ 腕時計

☐ ザック

☐ ザックカバー

☐ 軍手

☐ ロールペーパー

☐ ビニール袋

☐ 昼食

☐ 個人用食料

☐ $\frac{1}{25000}$ 地形図

☐ 筆記具

☐ 身分証

☐ 保険証

☐ 持薬

☐ 携帯電話

☐ お金

☐ 宿泊費用

☐ カメラ

☐ 温泉入浴セット

☐ 非常用食料

☐ 携帯予備充電機

☐ 非常用医薬品

最終更新 : 2016 年 06 月 30 日 21 時 46 分