

## お申し込み方法

STEP 1

### お問い合わせ・ご予約(完全予約制)

ウェブサイト

<http://event.montbell.jp/>

各イベントに記載しているイベントNo. (例:T01P04) を使って、  
詳しいイベント内容を簡単に検索していただくことができます。

ココに入カ



お電話



0120-936-007

携帯・IP電話からはご利用いただけません。

携帯・IP電話からは **06-6538-0208**

受付時間 4月～9月 10:00～19:00 / 10月～3月 10:00～18:00

<定休日 3月～10月は無休 / 11月～2月は日祝祭日>

店頭

全国のモンベルストアまたはM.O.C.取扱店

STEP 2

### プロフィール確認

ご参加の方全員のお名前・生年月日・性別・ご住所・お電話番号・  
モンベルクラブ会員番号(既に会員の方のみ)をお知らせください。

STEP 3

### ご入金

事前入金制です。当社が定める期日までにご入金をお願いします。

店頭

全国のモンベルストアまたはM.O.C.取扱店でご入金いただけます。

※ マークのついたイベントは、店頭ではご入金いただけません。

銀行振込

三菱東京UFJ銀行 信濃橋支店 普通口座 No.1077880

名義:カ)ベルカディアエムオーシー

※振込手数料はお客様ご負担となりますのでご了承ください。

クレジットカード

SAISON・VISA・MASTER・JCB・AMEXの各クレジットカードを  
取り扱っています。カード会員番号と有効期限をお知らせください。

お支払いは一括のみのお取り扱いです。



STEP 4

### お申し込み成立

ご入金とプロフィールを確認次第、参加チケットと詳細パンフレットをお渡します。

(振込、クレジットカードの場合は代表者の方へ郵送)参加日・参加イベントを確認し、  
同意書欄にご署名の上、当日ご持参ください。未成年者は保護者の署名も必要です。

キャンセル・変更について

[現地集合イベント] お客様のご都合によるキャンセル、コース・日程の変更につきましては、M.O.C.キャンセル規約に基づきイベント開催10日前からキャンセルチャージを申し受けます。未入金の方についても同額を請求させていただきますので、ご注意ください。【キャンセルチャージ】11日前まで:返金時に必要な振込手数料 / 10～7日前:参加費の10% / 6～3日前:参加費の30% / 2～前日:参加費の40% / 当日:参加費の100% 【旅行イベント 】 宿泊(キャンプは除く)や交通手配を含むイベントは、モンベルネイチャートラベル取扱の旅行となり、旅行取扱いの規定や予約成立時期については現地集合・解散のイベントとは異なります。詳しくは当社旅行条件書(全文)を必ずお読みください。【キャンセルチャージ】21日(日帰りの場合11日)前まで:返金時に必要な振込手数料 / 20～8日(日帰りの場合10～8日)前:参加費の20% / 7～2日前:参加費の30% / 前日:参加費の40% / 当日:参加費の50% / 当日無連絡:参加費の100%

表紙写真:白馬鍾ヶ岳稜線付近を歩く

企画主催

M.O.C.(モンベル・アウトドア・チャレンジ)本部事務局

FAX.0120-936-008 E-mail.moc@montbell.com

旅行取扱

株式会社ベルカディア モンベルネイチャートラベル

観光庁長官登録旅行業第1592号 日本旅行業協会(JATA)正会員

総合旅行業務取扱管理者 岸川扶美

FAX.0120-936-008 E-mail.moc@montbell.com

〒550-0013 大阪市西区新町2-2-2 TEL.06-6538-0208



# トレッキング

## 2012 春夏イベントスケジュール



全国のモンベルスタッフや、  
現地に精通したモンベルフレンドエリアのガイドが  
選りすぐりのフィールドをご案内。  
山登り初心者向けのハイキングから、  
憧れの名峰を目指す本格的な登山まで、  
幅広いラインアップをご用意しています。

山歩き講習会  
女性のためのトレッキング  
初級トレッキング  
中級トレッキング  
上級トレッキング  
トワイライトハイク  
キャンプ&クッキング  
海外ツアー





白馬岳山頂より剣岳を背に1枚

## ご一緒にしましょう！

M.O.C. (モンベル・アウトドア・チャレンジ、通称モック) はモンベルクラブの野外活動部門。  
盛りだくさんのアウトドア・プログラムはスタッフの手作りで、全国各地でモンベルクラブ会員さまの“一度体験してみたい”というご要望にお応えします。  
私達と一緒に、自然の中へ出かけませんか？

### ここがおすすめ！M.O.C.のイベント

- 1 **モンベルスタッフがおすすめのフィールドをご案内します。**  
☞ アイコンの付いたイベントはフレンドショップまたはプロガイドとの共同企画です。現地に精通したフレンドショップ・スタッフやガイドがご案内します。モンベルスタッフは同行しない場合があります。
- 2 **全国のモンベルストアを中心に地域密着型のイベントを開催。**
- 3 **少人数制でアットホームな雰囲気なので、おひとり様でもお気軽にどうぞ。**
- 4 **安心・安全をモットーにツアーを運営しています。**

## モック M.O.C.のトレッキングイベント

トレッキング初心者から経験者まで幅広くお楽しみいただけるよう、M.O.C.では様々なレベルとジャンルのイベントをご用意しています。

### 🕒 山歩き講習会

安心・安全に山歩きを楽しむための現地講習会です。1回のみのご参加もOK。主に初心者を対象としていますので、山歩きが初めての方でも安心してご参加ください。

#### ■ はじめての地図読み編

山歩きに欠かせない地図とコンパスの使い方を一から丁寧にレクチャーします。これから山歩きを始めたい方にぴったりのイベントです。

#### ■ 地図読み実践編

地図とコンパスを使って現在地を割り出し、目的地の方向や目的地までのルート確認など、コンパスを使った地図読みの実践的な講習会です。

#### ■ 楽になる山歩き編

靴紐の結び方、バックの仕方、疲れにくい歩き方、水分補給など、山歩きをもっとラクにするコツを簡単にわかりやすくお伝えします。

#### ■ 安心登山技術編

山へ出かけるというトラブルが待ち受けています。いざという時に役立つ安全対策の基礎知識やトラブル対処法を講習します。

#### ■ 山歩きの基礎と道具編

基本的な山の歩き方や、スケジュールのたて方、便利な山道具の選び方・使い方・メンテナンスなど、山歩きを楽しくする方法を学びましょう。

#### ■ 楽に歩けるダブルストック編

ダブルストックを活用すれば、歩行時のバランスが取れ、身体への負担を軽減することができます。ストックの使い方をマスターしてラクに山歩きを楽しみましょう。

### 👩 女性のためのトレッキング

女性スタッフがご案内する、女性限定のイベントです。(一部イベントを除く)女性同士でわきあいあいと、のんびりペースで自然を楽しみましょう。女性ならではの山歩きの悩みなどもお気軽にご相談ください。

### 🏞️ 初級トレッキング

これから山歩きを始めたい方向けのシリーズです。全く初めてでも、お一人さまでもお気軽にご参加ください。

### 🏞️ 中級トレッキング

低山歩きに慣れたら、憧れの北アルプスや、山小屋泊、縦走などの登山にも挑戦してみましょう。M.O.C.スタッフがしっかりとサポートします。

### 🏞️ 上級トレッキング

穂高岳や槍ヶ岳など、誰もが憧れる山頂に挑みます。すばらしい絶景と達成感は、一生忘れられない思い出になるでしょう。

### ★ トワイライトハイク

夕暮れ時の山道を探検気分ですべて登っていきます。山頂にたどり着けば眼下に美しい夜景が広がります。いつもと一味違った山歩きをお楽しみください。

### 🍳 アウトドアクッキング

満天の星空の下で焚き火を囲んでキャンプしたり、ダッチオーブン料理に挑戦したり。友達同士で、ファミリーで、お気軽にご参加ください。

## トレッキングイベントについて



- イベントは原則として現地集合・現地解散です。(バスツアーを除く)
- **旅行** マークの付いた宿泊(キャンプを除く)や交通手配を含むイベントは、メンバーネイチャートラベル扱いの旅行となります。お申し込みの際には、当社旅行条件書(全文)を必ずお読みください。ウェブサイトでの申し込み方法、お申し込み期限、ご入金方法、旅行取消の規定、予約成立時期等についてはM.O.C. イベント規約と異なりますのでご注意ください。
- **F5** マークの付いたイベントは、フレンドショップまたはプロガイドとの共同企画イベントです。現地に精通したフレンドショップ・スタッフやガイドがご案内します。メンバースタッフは同行しない場合があります。
- 行程や持ち物など、より詳しい情報が必要な方は、ウェブサイトをご覧ください。M.O.C. 本部事務局までお問い合わせください。
- **T01PQ4** イベントNO. を使えば、ウェブサイトでも簡単に検索できます!

## 参加料金について

- 参加料金にはガイド料、保険料(国内イベントのみ)、消費税が含まれます。それ以外の料金を含むイベントについては、ウェブサイトをご覧ください。M.O.C. 本部までお問い合わせください。
- モンベルクラブ会員さまは、会員料金にてイベントへご参加いただけます。一般のお客さまは一般料金でのご参加となります。イベント参加と同時にメンバークラブへご入会いただけますので、次回からは会員料金でイベントにご参加いただけます。また、多彩な会員特典もお楽しみいただけます。(1年間有効/次年度以降は任意での更新となり、年会費¥1,500が必要です)
- ご家族でご参加される場合は、メンバークラブ・ファミリー会員制度をご利用いただくと、皆さま会員料金でご参加いただけます。(家族1名につき登録料500円)詳細はM.O.C. 本部までお問い合わせください。

## 技術レベル・体力度

イベントごとに以下のレベルを表記していますので、ご自分の体力や技術に合ったイベントをお選びいただけます。

- 体力1** 体力に自信のない方でもご参加いただけるコース。
- 体力2** 人並みの体力があればOK!初心者でもご安心ください。
- 体力3** 体力に自信があり、日頃から運動に親しまれている方向け。
- 体力4** 高低差が大きく、歩行時間や距離も長い体力が必要。
- 体力5** 高低差が大きく、歩行時間や距離も長く、かなり体力が必要。
- 初級** トレッキングが初めて、または経験が少ない方向け。
- 中級** 一般登山コースが歩ける、または歩いた経験がある方向け。
- 上級** 鎖場やはしご、岩場を歩ける方で、山登りの基本技術をお持ちの方向け。
- KIDS**  小学生でもご参加いただけるコース(対象学年はイベントによって異なります)。  
 紅葉がお楽しみいただけるコース。

## CONTENTS

05-08	北海道エリア	44-57	近畿エリア
08-12	東北エリア	57-63	中国・四国・九州エリア
12-21	関東エリア	64-65	海外ツアー
22-26	北陸エリア	66-67	持ち物・服装のご案内
26-43	中部エリア		

## 山歩き講習会 はじめての地図読み編

**T01PQ5** 北海道 **体力1** **初級** 企画:サッポロファクトリー店

### 藻岩山 5/19(土)

料金:会員¥4,000 一般¥5,500 対象:中学生以上

慈啓会病院前登山口の駐車場/集合(9:00)→地図・コンパスの説明→地図記号・等高線の説明→登山道で地図を見てみる→藻岩山山頂着→下山・質疑応答→慈啓会病院前登山口の駐車場/解散(12:30)【歩行距離:8km】

## 山歩き講習会 地図読み実践編

**T01PQ4** 北海道 **体力1** **初級** 企画:サッポロファクトリー店

### 三角山 6/9(土)

料金:会員¥3,500 一般¥5,000 対象:中学生以上

三角山登山口(山の手側)/集合(9:00)→読図の説明→現在地の確認→三角山山頂→下山→三角山登山口(山の手側)/解散(13:00)【歩行距離:3km】

## 山歩き講習会 楽になる山歩き編

**T01PQ7** 北海道 **体力1** **初級** 企画:札幌発寒店

### 円山 5/12(土)

料金:会員¥3,500 一般¥5,000 対象:中学生以上

円山登山口(大師堂側)/集合(10:00)→準備体操・装備の説明→登山道の状況に応じた歩き方の説明→ストックワークの説明→山頂着・休憩→安全な下り方の説明→登山口着・質疑応答→円山登山口(大師堂側)/解散(13:00)【歩行距離:3km】

## 山歩き講習会 安心登山技術編

**T01PQ3** 北海道 **体力1** **初級** 企画:札幌北広島店

### 円山 6/9(土)

料金:会員¥4,000 一般¥5,500

対象:高校生以上

円山登山口(大師堂側)前/集合(10:00)→講習開始→登山開始→円山山頂→講習終了→円山登山口(大師堂前)前/解散(14:00)【歩行距離:3km】



## 女性のためのトレッキング

**T01011** 北海道 **体力2** **初級** 企画:札幌発寒店 **KIDS** 

### 小樽塩谷丸山ハイキング

小樽市民の裏山的存在の塩谷丸山。629.2mと低山ながら、素晴らしい展望と高度感を楽しめる山です。駅から徒歩15分で登山口というアクセスの良さも魅力的。女性限定で、のんびり景色を楽しみながら歩きましょう。

### 6/16(土)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 小学生¥5,000 対象:小学5年生以上

JR塩谷駅前駐車場/集合(10:00)→登山口(駅から登山口までは徒歩約15分)→塩谷丸山山頂上・昼食→登山口→JR塩谷駅前駐車場/解散(15:30)【歩行距離:6km】

## 初級トレッキング

## T01P06 北海道

体力1 初級 企画:サッポロファクトリー店 KID'S

はじめてのバードウォッチング  
野幌森林公園

山、森、川、海などで見かける野鳥の美しい姿やさえずりを観察して楽しむバードウォッチングの入門編です。野鳥を見つけるコツ、双眼鏡の使い方など、バードウォッチング歴18年のスタッフがご案内します。

5/13(日)

料金:会員¥3,800 一般¥5,300 小学生¥3,800 対象:小学3年生以上

野幌森林公園・自然ふれあい交流館駐車場 / 集合(8:00)→事前説明→双眼鏡の使い方の説明→大沢コースを一周→質疑応答→野幌森林公園・自然ふれあい交流館駐車場 / 解散(12:00)【歩行距離:4km】

## T01CQ2 北海道

体力2 初級 企画:札幌北広島店

## のんびり登る 恵庭岳トレッキング

恵庭岳七合目の見晴台までをゆっくり登ります。見晴台から眺める支笏湖の風景は圧巻!頭上には今も噴気を上げる爆裂火口や鋭角な山頂を眺めることもできます!

7/21(土) 料金:会員¥5,600 一般¥7,100 対象:高校生以上

恵庭岳登山口 / 集合(9:00)→見晴台・昼食→復路→恵庭岳登山口 / 解散(15:30)【歩行距離:5km】

## T01D01 北海道

体力2 初級 企画:札幌北広島店

火山マイスターと行く  
昭和火山火口トレッキング

昭和火山の立入禁止区域に特別に許可を取って登頂します!火山マイスターの案内のもと、活火山について理解を深めながら歩くスタディートレッキングです!フレンドショップ「湖畔の宿 洞爺 かわなみ」コラボレーション企画でイベント前泊、当日泊も予約できます。(別料金)

9/8(土) 料金:会員¥7,800 一般¥9,300 対象:高校生以上

湖畔の宿・洞爺かわなみ / 集合(10:00)→机上講習→三松正夫記念館見学→登山開始→昭和火山登頂→下山→湖畔の宿・洞爺かわなみ / 解散(15:00)【歩行距離:3km】

## T01P13 北海道

体力3 初級 企画:札幌発着店

札幌近郊の自然を満喫  
手稲山トレッキング

札幌中心部から程近い手稲山はアクセスが良く、多くの登山者に親しまれています。近郊の山とは思えない程、自然が豊かで、登山道には滝を眺めることのできるスポットや、本格的なガレ場などがあります。また、山頂からの眺望も格別です。天気が良ければ羊蹄山を眺めることができます!

6/30(土) 9/29(土)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

平和の滝駐車場 / 集合(8:30)→手稲山山頂→山頂にて昼食後・下山(13:00)→平和の滝駐車場 / 解散(15:00)【歩行距離:12km】

06 北海道

## 中級トレッキング

## T01AQ1 北海道

体力5 中級 旅行 企画:サッポロファクトリー店

<大阪発着>山岳リゾートホテル泊  
初夏に行く大雪山旭岳～  
黒岳縦走登山 3days

北海道最高峰・大雪山旭岳から黒岳へ抜けるポピュラーな縦走コースの一つ北廻りコースを歩きます。道中ではたっぷりの残雪の上を歩いたり、白や黄色、ピンクなどの色とりどりの花々を楽しむことができます。登山後は筋肉痛にもよく効く良質の旭岳温泉にて疲れを癒し、山岳リゾートホテルに滞在する充実したツアーです。北海道の雄大な山容と秘湯を楽しみましょう。

7/20(金)-22(日)

料金:会員¥148,000 一般¥149,500 対象:中学生以上

【1日目】関西空港 / 集合(13:00)→旭川空港着→空港からバスにて移動(約40分)→宿泊地着→翌日以降の登山についてのオリエンテーション→夕食(19:00)→入浴→就寝  
【2日目】起床→旭岳ロープウェイを使い登山口まで移動(早朝)→登山開始→旭岳山頂→間宮岳分岐→中岳分岐→北嶺分岐・昼食→黒岳石室→黒岳リフト到着・専用車で移動→宿泊地着・入浴・夕食(20:30)→就寝  
【3日目】起床→朝食(8:00)→集合・散策開始→昼食・入浴→ホテル出発→モンベル東川店・道の駅でお買い物→旭川空港着→関西空港着 / 解散(20:00)【歩行距離:2日目 11km / 3日目 5km】

## T01AQ2 北海道

体力3 中級 旅行 企画:サッポロファクトリー店

<大阪発着>山岳リゾートホテル泊  
日本一早い紅葉を見に行く  
大雪山旭岳と赤岳登山 3days

大雪山エリアは標高、緯度が高いため日本で一番早く紅葉が始まります。最も紅葉が見頃といわれるこの時期に赤岳と日本百名山で北海道最高峰の旭岳から、秋の絶景を堪能しましょう。

9/21(金)-23(日)

料金:会員¥143,000 一般¥144,500 対象:中学生以上

【1日目】関西空港 / 集合(13:00)→旭川空港着→空港からバスにて移動(約40分)→宿泊地着→翌日以降の登山についてのオリエンテーション→夕食→入浴→就寝  
【2日目】起床→銀泉台まで専用バスとシャトルバスで移動(早朝)→登山開始→第一花園→第二花園→第三花園→赤岳山頂・昼食→銀泉台着→宿泊地着・入浴・夕食→就寝  
【3日目】起床(5:00)→集合・朝食→旭岳ロープウェイ乗車→登山開始→旭岳山頂→宿泊地着・昼食・入浴→宿泊地出発、モンベル東川店、道の駅立ち寄り→旭川空港着→関西空港着 / 解散(20:00)【歩行距離:2日目 6km / 3日目 5km】



北海道 07

## トワイライトハイク

★ T01TN1 北海道 **体力2** **初級** **企画:札幌発着店** **KID'S** たるまえざん

## トワイライトハイク 樽前山

日没前に出発し、夕暮れから暗闇に変わり行く風景を楽しみながら、山頂を目指します。夜の樽前山は日中との雲間気がガラリと変化し、全く違う登山を楽しむことができます。

7/7(土) 8/4(土)

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 小学生¥4,500 対象:小学5年生以上

樽前山7合目／集合(【7月】18:30【8月】18:00)→樽前山・東山山頂(1,022m)・休憩→下山開始→樽前山7合目下山／解散(【7月】22:00【8月】21:30)【歩行距離:5km】

## 山歩き講習会 はじめての地図読み編

📍 T02KK1 青森県 **体力1** **初級** **企画:青森店** ほんじゅさん

## 梵珠山 9/20(木)

料金:会員¥4,000 一般¥5,500 対象:高校生以上

青森県自然ふれあいセンター駐車場／集合(10:00)→梵珠山山頂(468m)昼食→ブナの巨木探し→青森県自然ふれあいセンター駐車場／解散(14:30)【歩行距離:5km】

📍 T03Z12 岩手県 **体力2** **初級** **企画:盛岡南店** かぶとみょうじんだけ

## 兜明神岳 5/27(日) 9/9(日)

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:中学生以上

区界高原ウォーキングセンター／集合(9:00)→兜明神岳山頂→岩神山山頂→かぶと広場・昼食→区界高原ウォーキングセンター／解散(13:00)【歩行距離:4km】

📍 T04I02 宮城県 **体力2** **初級** **企画:仙台店** いづみがたけ

## 泉ヶ岳 5/19(土) 8/22(水)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

泉岳少年自然の家バス停／集合(9:30)→お別れ峠分岐→水神→岡沼・昼食→カモシカコース→泉岳少年自然の家バス停／解散(15:00)【歩行距離:6km】

📍 T04I04 宮城県 **体力1** **初級** **企画:仙台店** だいのはらしんりんこうえん

## 台原森林公園 4/15(日) 5/9(水)

料金:会員¥3,000 一般¥4,500 対象:中学生以上

旭ヶ丘駅／集合(9:00)→地図読み講習会開始→音楽堂→仙台市文学館→旭ヶ丘駅／解散(12:00)【歩行距離:4km】

## 山歩き講習会 地図読み実践編

📍 T04Z11 宮城県 **体力2** **初級** **企画:仙台店** みやぎざおう

## 宮城蔵王 7/1(日)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

刈田峠登山口駐車場／集合(9:00)→杉ヶ峰山頂(1,745m)→芝草平・昼食→杉ヶ峰山頂(1,745m)→刈田峠登山口駐車場／解散(15:00)【歩行距離:6km】

📍 T04I05 宮城県 **体力2** **初級** **企画:仙台店** せんだいぼんざん

## 仙台蕃山 3/10(土) 6/3(日)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

山岸コース登山口／集合(10:00)→蕃山山頂(356m)→西風蕃山山頂(373m)・昼食→蛇台蕃山山頂(366m)→山岸コース登山口／解散(15:00)【歩行距離:6km】

📍 T05T12 秋田県 **体力2** **初級** **企画:盛岡南店** にゅうとうきん

## 乳頭山(烏帽子岳) 6/17(日) 10/6(土)

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:中学生以上

黒湯温泉駐車場／集合(8:00)→途中の小屋で昼食→乳頭山山頂→下山→黒湯温泉駐車場／解散(14:30)【歩行距離:10km】

## 山歩き講習会 楽になる山歩き編

📍 T02KK0 青森県 **体力1** **初級** **企画:青森店** ほんじゅさん

## 梵珠山 5/20(日)

料金:会員¥4,000 一般¥5,500 対象:高校生以上

青森県自然ふれあいセンター駐車場／集合(10:00)→梵珠山山頂(468m)・昼食→青森県自然ふれあいセンター駐車場／解散(14:30)【歩行距離:4.5km】

📍 T04N12 宮城県 **体力2** **初級** **企画:仙台店** なつめり

## 宮城県七ツ森 4/7(土)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

南川ダム・四十八滝駐車場／集合(9:30)→鎌倉山山頂→遂倉山山頂・昼食→南川ダム駐車場／解散(14:30)【歩行距離:6km】

📍 T03Z01 岩手県 **体力2** **初級** **企画:盛岡南店** かぶとみょうじん

## 兜明神岳 7/8(日)

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:中学生以上

区界高原ウォーキングセンター／集合(9:00)→山歩きの基本講習→兜明神岳山頂(1,005m)→かぶと広場・昼食→区界高原ウォーキングセンター／解散(13:00)【歩行距離:4km】

## 山歩き講習会 安心登山技術編

📍 T04NQ2 宮城県 **体力2** **初級** **企画:仙台港店** なつめり

## 宮城県七ツ森 4/22(日)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

信楽寺跡(しんぎょうじあと)前の駐車場／集合(10:00)→松倉山→撫倉山山頂(359m)・昼食→大倉山との鞍部→信楽寺跡前の駐車場／解散(15:00)【歩行距離:7km】

📍 T02KK0 青森県 **体力1** **初級** **企画:青森店** ほんじゅさん

## 梵珠山 6/17(日)

料金:会員¥4,000 一般¥5,500 対象:高校生以上

青森県自然ふれあいセンター駐車場／集合(10:00)→梵珠山山頂(468m)・昼食→青森県自然ふれあいセンター駐車場／解散(14:30)【歩行距離:4.5km】

## 女性のためのトレッキング

T04KLL 宮城県 体力2 初級 企画:仙台泉パークタウン

## のんびり登る 栗駒山トレッキング

仙台地区初、女性限定のトレッキングイベント。引率スタッフも参加者も全員女性です。のんびりペースで山歩きを楽しみましょう。山頂からは360°東北の山々が一望できます！

6/23(土) 料金:会員¥4,800 一般¥6,300 対象:中学生以上

イワカガミ平駐車場／集合(10:00)→東栗駒山山頂(1,408m)→栗駒山山頂(1,627m)・昼食→中央コース小ピーク→イワカガミ平駐車場／解散(15:00)【歩行距離:6.6km】



## 初級トレッキング

T02K13 青森県 体力2 初級 企画:弘前店 KID'S

雲上の楽園を歩く  
八甲田山トレッキング

日本百名山の一つである八甲田山。そこは四季折々の自然が楽しめる素晴らしいトレッキングフィールドです。高層湿原からの遠望や、最高点大岳山頂からの眺望を是非一緒に堪能しましょう！

7/1(日)

料金:会員¥6,500 一般¥8,000 小学生¥6,500 対象:小学5年生以上

酸ヶ湯温泉駐車場／集合(9:00)→下毛無岱→昼食(大岳避難小屋)→山頂→仙人岱→酸ヶ湯温泉駐車場／解散(16:00)【歩行距離:10km】

T02H14 青森県 体力4 初級 企画:弘前店 KID'S

## 百名山 岩木山トレッキング

津軽平野のまん中にすそ野を広げ、堂々と聳え立つ岩木山。山頂からは360°の雄大なパノラマが広がります！

8/5(日) 9/16(日)

料金:会員¥6,500 一般¥8,000

小学生¥6,500

対象:小学5年生以上

岩木山神社駐車場／集合(7:00)→スキー場分岐→焼石→焼止まり避難小屋→鳳鳴ヒュッテ→岩木山、昼食→鳳鳴ヒュッテ→焼止まり避難小屋→スキー場分岐→岩木山神社駐車場／解散(16:30)【歩行距離:11km】



T02C01 青森県 体力1 初級 企画:青森店

## のんびり登る 高森山トレッキング

春はカタクリ、秋は紅葉を愛でながら、のんびり歩きます。天気が良ければ、自然の中でお抹茶をたててみましょう。自然の中で楽しむお抹茶は格別です！

4/22(日) 料金:会員¥4,000 一般¥5,500 対象:高校生以上

浅虫森林公園駐車場／集合(10:00)→散策スタート→高森山山頂(387m)・昼食→東屋→浅虫公園駐車場／解散(14:30)【歩行距離:7km】

T03H13 岩手県 体力3 初級 企画:盛岡南店

## 百名山 岩手山トレッキング

岩手のシンボルとして親しまれ、盛岡の町を見守るようにそびえる岩手県最高峰の岩手山。その山容から「南部片富士」の愛称でも呼ばれます。本州最北の2,000m峰からは早池峰山、秋田駒ヶ岳、遠くは鳥海山など360°のパノラマが堪能できますよ！

8/12(日) 9/30(日)

料金:会員¥8,000 一般¥9,500 対象:中学生以上

馬返し登山口／集合(7:00)→八合目付近・昼食(お花畑が綺麗です)→岩手山山頂(2,038m)→馬返し登山口／解散(16:30)【歩行距離:13km】

T05TQ1 秋田県 体力2 初級 企画:盛岡南店

花の百名山 秋田駒ヶ岳  
トレッキング

東北でも随一の高山植物を誇る花の名山「秋田駒ヶ岳」。国見温泉から登るコースは、途中にチングルマの大群落を誇る通称「ムーミン谷」があり、見どころ満載のコースです。山頂からは岩手山や秋田側の田沢湖まで360°のパノラマを楽しむことができます。

6/24(日) 7/15(日)

料金:会員¥6,300 一般¥7,800

対象:中学生以上

国見温泉登山口／集合(8:00)→横長根出合(秋田側の展望が一気に広がります)→男女岳山頂(1,637m)→阿弥陀池・昼食→国見温泉登山口／解散(15:30)【歩行距離:11km】



## 参加者の声

- ほぼ初体験の山歩きでしたが、スタッフの方が常に気を配ってくださって何の不安もなく、楽しめました。熱心な他の参加者の話を伺うのも、刺激になりました。(60代 女性)
- 読図の説明がわかりやすかった。これまで使い方がよくわからなかったストックの使い方や、バックパックのフィッティングの仕方を解説してもらえたので、ためになった。(30代 女性)

## 中級トレッキング

T06A01 山形県 **体力2** 中級 旅行 企画:新潟店

## 山小屋に泊まろう

## 出羽三山トレッキング 2days

日本の秘境100選・出羽三山を訪ねるモンベル流わびさびの旅。羽黒山・月山・湯殿山に広がる神秘的で広大なエリアを全て体験する企画です。巨木の杉並木を歩き、羽黒山で地元料理を食べ、月山九合目の山小屋に泊まります。宿泊しなければ見ることのできない景色や、秘境での夜をのんびり堪能しましょう。2日目は霊峰・月山登頂後、神秘のペールに包まれた湯殿山神社へ向きます。移動にタクシーを利用する定員6名のアウトホームな山旅です。(タクシー料別途必要)

7/7(土)-8(日) 9/16(日)-17(月祝)

料金:会員¥22,000 一般¥23,500 対象:中学生以上

【1日目】JR鶴岡駅／集合(9:15)→羽黒山・国宝・五重の塔・神秘的な杉並木の石段→羽黒山門前の宿坊街で昼食→タクシーで月山八合目に移動→弥陀ヶ原→月山九合目・仏生池小屋→夕食・就寝【2日目】起床(6:00)→朝食→出発→月山山頂到着・月山神社参拝→昼食→湯殿山へ向け出発・月光坂・水月光の梯子&急坂あり→湯殿山神社到着→時間があれば湯殿山温泉入浴(料金別)→鶴岡までタクシー→JR鶴岡駅／解散(15:30)【歩行距離:1日目 4km/2日目 4km】



## 山歩き講習会 はじめての地図読み編

T08TK0 茨城県 **体力2** 初級 企画:つくばQ'店 KID'S

## 筑波山

3/24(土) 4/21(土) 5/19(土) 6/16(土) 7/14(土)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 小学生¥5,500

対象:小学5年生以上

筑波山神社入り口の看板前／集合(9:30)→神社参拝→男体山山頂→御幸ヶ原にて昼食→女体山→弁慶茶屋跡→筑波山神社／解散(16:00)【歩行距離:6km】

T11111 埼玉県 **体力2** 初級 企画:入間店

## 奥武蔵 伊豆ヶ岳 4/21(土)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:中学生以上

西武秩父線・正丸駅／集合(9:00)→机上講習→正丸駅出発→馬頭観音→尾根上→伊豆ヶ岳山頂(851m)・昼食→奥村茶屋・休憩→西武秩父線・正丸駅／解散(16:00)【歩行距離:10km】

12 東北 関東

T11C04 埼玉県 **体力2** 初級 企画:長瀬店

## 秩父・箕山(美の山)

3/4(日) 3/17(土) 4/14(土) 4/29(日祝)

5/12(土) 7/8(日) 9/29(土)

料金:会員¥4,800 一般¥6,300 対象:中学生以上

モンベル長瀬店／集合(9:20)→ツアー概要説明→装備チェック→登山口まで移動(送迎)→箕山登山口→昼食→下山→和銅遺跡→聖神社(長瀬店まで送迎)→モンベル長瀬店／解散(16:30)【歩行距離:8km】

T13PQ3 東京都 **体力2** 初級 企画:日の出店

## 御岳山～日の出山 5/13(日)

料金:会員¥5,800 一般¥7,300 対象:20歳以上

JR御嶽駅前／集合(8:40)→バスとケーブル車で移動→御岳山駅着→ハイキングスタート→武蔵御嶽神社→御岳山山頂(929m)→日の出山山頂(902m)・昼食→つるつる温泉／解散(16:00)【歩行距離:6km】

## 山歩き講習会 地図読み実践編

T11114 埼玉県 **体力2** 初級 企画:入間店

## 奥武蔵 伊豆ヶ岳 4/28(土)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:中学生以上

西武秩父線・正丸駅／集合(9:00)→机上講習→正丸駅出発→馬頭観音→尾根上→伊豆ヶ岳山頂(851m)・昼食→奥村茶屋休憩→西武秩父線・正丸駅／解散(16:00)【歩行距離:10km】

## 山歩き講習会 楽になる山歩き編

T11113 埼玉県 **体力2** 初級 企画:入間店

## 奥武蔵 伊豆ヶ岳 4/24(火)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:中学生以上

西武秩父線・正丸駅／集合(9:00)→机上講習→正丸駅出発→馬頭観音→尾根上→伊豆ヶ岳山頂(851m)・昼食→奥村茶屋休憩→西武秩父線・正丸駅／解散(16:00)【歩行距離:10km】

## 山歩き講習会 楽に歩けるダブルストック編

T11112 茨城県 **体力2** 初級 企画:浦和英国店

## 伊豆ヶ岳 5/12(土)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500

対象:20歳以上

西部秩父線・正丸駅／集合(9:30)→伊豆ヶ岳・昼食→子ノ権現→西武秩父線・西吾野駅／解散(15:45)【歩行距離:11km】



関東 13

## 山歩き講習会 山歩きの基礎と道具編

T11H01 埼玉県 体力2 初級 企画:浦和美園店

日和田山 3/24(土) 4/7(土)

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:20歳以上

西武鉄道・高麗駅 / 集合(9:00) → 日和田山 → 物見山・昼食 → 五常ノ滝 → 西武鉄道・武蔵横手駅 / 解散(14:45) 【歩行距離:8km】

## 山歩き講習会 安心登山技術編

T09PQ2 茨城県 体力3 初級 企画:浦和美園店

半月山 6/2(土) 9/22(土祝)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:20歳以上

東武バス・中善寺温泉バスターミナル / 集合(9:45) → 茶ノ木平(30分講習) → 第一駐車場 → 半月山 → 東武バス・中善寺温泉バスターミナル / 解散(16:00) 【歩行距離:11km】

T11C01 埼玉県 体力3 中級 企画:長瀨店

秩父・横瀬二子山

4/1(日) 4/28(土) 5/13(日)

6/9(土) 6/30(土) 9/23(日)

料金:会員¥5,600 一般¥7,100 対象:20歳以上

道の駅・芦ヶ久保 / 集合(8:50) → 二子山登山口 → 二子山山頂・昼食 → 下山 → 道の駅・芦ヶ久保 / 解散(15:50) 【歩行距離:7km】

## 山歩き講習会 富士登山講習会

T09P01 栃木県 体力3 中級 企画:おやまゆうえん店

日光男体山 6/16(土) 7/21(土) 8/18(土)

料金:会員¥5,800 一般¥7,300 対象:中学生以上

二荒山神社前 / 集合(8:00) → 二荒山神社登拝口・出発 → 4合目 → 男体山・昼食 → 4合目 → 二荒山神社登拝口 / 解散(16:30) 【歩行距離:10km】

## 女性のためのトレッキング

T08TLL 茨城県 体力2 初級 企画:つくばQ't店 KID'S

山CAFÉトレッキング 宝篋山

女子限定登山で楽しい時間を共有しましょう。関東平野、筑波山、霞ヶ浦、日光連山を一望できる360°のパノラマを前に、ゆったりコーヒーとスイーツで素敵な時間を過ごしませんか。

4/28(土) 5/26(土)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 小学生¥5,500 対象:小学5年生以上

小田休憩所前 / 集合(10:30) → 登山開始 → 宝篋山頂上到着・昼食 → 山CAFÉ OPEN → 下山開始 → 小田休憩所前 / 解散(16:00) 【歩行距離:6km】

T09HLL 栃木県 体力2 初級 企画:おやまゆうえん店

はじめての山歩き 太平山

これから山登りを始めたいという女性にピッタリの入門コース。展望の良い山歩きをのんびり楽しみながら登山技術を学びます。アウトドアへの一步を踏み出してみませんか？

5/19(土) 料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:高校生以上

JR両毛線・大平下駅 / 集合(10:00) → 大平山山頂(346m)昼食 → 巽石山山頂(419m) → 清水寺 → JR両毛線・大平下駅 / 解散(15:30) 【歩行距離:5km】

T11C11 埼玉県 体力2 初級 企画:入間店

はじめての山歩き 奥武蔵ユガテ

山歩きが初めての方、女性向けのイベントです。歩き方やウェア・道具の使い方など、山歩きの基本をご説明致します。様々な花に彩られ、小鳥達のさえずりに包まれながら歩く4月のユガテは、都会の喧騒を忘れさせてくれる、入間店スタッフお勧めほっこりコースです。

4/10(火) 4/22(日)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:中学生以上

西武秩父線・吾野駅 / 集合(9:00) → 顔振峠(時間に余裕があれば見晴台へ) → 顔振峠・平九朗茶屋・昼食 → 顔振峠出発 → 一本杉峠 → ユガテ → ユガテ出発 → 西武秩父線・東吾野駅到着 / 解散(16:30) 【歩行距離:10km】

T11N02 埼玉県 体力2 初級 企画:長瀨店 KID'S

はじめての山歩き 宝登山・長瀨アルプス

山登りの魅力は自然を身近に感じられること。登った時の達成感も抜群!そして頑張った後は自分へのご褒美に甘〜いスイーツをいただき、お腹も体も癒されましょう!

4/30(月祝) 6/16(土) 10/13(土)

料金:会員¥5,200 一般¥6,700 小学生¥4,200 対象:小学5年生以上

モンベル長瀨店 / 集合(9:20) → 長瀨アルプス登山口 → 宝登山登山口 → 宝登山山頂・昼食 → 下山 → カフェでスイーツ → 岩畳散策 → モンベル長瀨店 / 解散(16:30) 【歩行距離:10km】



T13P08 東京都 体力2 初級 企画:日の出店

温泉めざしてトレッキング

御岳山〜日の出山 &lt;つるつる温泉&gt;

奥多摩ハイキングの入門コース、御岳山〜日の出山をトレッキング。女性のみなのでのんびりペースで歩きます。山を下れば温泉が待っています!汗を流してリフレッシュしましょう。

6/17(日) 料金:会員¥5,800 一般¥7,300 対象:20歳以上

JR御嶽駅前 / 集合(8:40) → 駅からバスとケーブルで移動 → ケーブル御岳山駅着 → 武蔵御嶽神社 → 御岳山山頂 → 日の出山山頂・昼食 → つるつる温泉 / 解散(16:00) 【歩行距離:6km】

 **T14TLL 神奈川県** 体力2 初級 企画:横浜ベイサイド店

## はじめての山登り 丹沢大山

コンパクトながら山の魅力が詰まったコースをご案内します。大山山頂(1,100m)からは相模湾や都心が一望できます。

**4/21(土)** 料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:20歳以上

神奈川中央バス・大山ケーブルバス停前/集合(9:30)→大山ケーブルカー→大山山頂→休憩・昼食→ヤビツ峠→神奈川中央バス・蓑毛バス停/解散(15:30)【歩行距離:8km】

 **T10S03 群馬県**

体力3 初級 旅行 企画:PAT稲毛店 KID'S 

## はじめての星空キャンプ

### 尾瀬ヶ原 2days

尾瀬ヶ原をゆっくり散歩!夜はキャンプサイトでまったり星空観察。女性限定で季節の尾瀬を満喫するテント泊の山旅です。

**6/9(土)-10(日) 9/29(土)-30(日)**

料金:会員¥16,000 一般¥17,500 小学生¥16,000

対象:小学5年生以上

【1日目】関越交通・鳩待峠バス停横/集合(12:00)→山の鼻キャンプ場→テント設置→散歩→夕食・就寝(20:00) 【2日目】起床(5:00)→朝食→出発→牛首分岐→ヨッピー橋→竜宮小屋→山の鼻→鳩待峠バス停/解散(13:00)【歩行距離:1日目 3km/2日目 10km】

### 初級トレッキング

 **T09HQ1 栃木県** 体力2 初級 企画:おやまゆうえん店

## はじめての山歩き 太平山

これから山登りを始めたいという方にピッタリの入門コース。展望の良い山歩きをのんびり楽しみながら登山技術を学びます。アウトドアへの一歩を踏み出してみませんか?

**3/17(土) 4/21(土) 9/15(土) 10/20(土)**

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:高校生以上

JR両毛線・大平下駅/集合(10:00)→大平山山頂(346m)昼食→兜石山山頂(419m)→清水寺→JR両毛線・大平下駅/解散(15:30)【歩行距離:5km】

 **T09S01 栃木県** 体力2 初級 企画:羽生店

## ミニ縦走トレッキング

### 那須連山

栃木・福島両県に跨る「那須連山」の人気コース!標高1,800m前後の、独特の岩稜帯を歩くミニ縦走コースです。日光方面から東北の山々まで臨める抜群の展望に囲まれながら、山歩きのスキルアップに挑みましょう!

**6/3(日)** 料金:会員¥6,500 一般¥8,000 対象:中学生以上

那須ロープウェイ山麓駅前/集合(10:00)→峰ノ茶屋跡→朝日岳山頂(1,896m)・昼食→峰ノ茶屋跡→茶臼岳(1,897m)→那須ロープウェイ山頂駅→那須ロープウェイ山麓駅前/解散(15:30)【歩行距離:6km】

 **T13PQ6 東京都** 体力3 初級 企画:南大沢店

## のんびり歩く

### 奥高尾縦走トレッキング

人気の高尾山をのんびり縦走します。登山初心者の方におすすめコースです。山頂では関東平野はもちろん、お天気が良ければ富士山も見渡せます。裏高尾からの縦走になるので、すでに高尾山へ行ったことのある方にも見どころが多く歩き応えのあるコースです。

**4/14(土) 5/19(土)**

料金:会員¥6,300 一般¥7,800 対象:中学生以上

京王バス・日影バス停/集合(9:00)→小下沢キャンプ場跡→景信山・昼食→城山→高尾山→(ケーブルカー利用)→京王線・高尾山駅/解散(16:00)【歩行距離:8km】

 **T13P14 東京都** 体力3 初級 企画:渋谷店

## 奥多摩 川苔山トレッキング

JR駅発着です。はじめての山登りには、アクセスの簡単な山がおすすめです。今回は青梅線・鳩ノ巣駅から登り、ひとつ新宿よりの古里駅をゴールとする、登り応え、下り応えのあるルートです。ゆっくり歩きますので、初めての方でも安心してご参加下さい。

**5/12(土) 9/29(土)**

料金:会員¥4,800 一般¥6,300 対象:20歳以上

JR鳩ノ巣駅/集合(9:30)→川苔山山頂→下山開始→JR古里駅/解散(17:00)【歩行距離:9km】

 **T13P12 東京都** 体力2 初級 企画:渋谷店

## 高水三山トレッキング

高水三山は、山歩き入門、奥多摩入門に最適な山です。初めての皆さんをやさしく迎えてくれます。さあご一緒にしましょう!

**6/10(日) 7/8(日)**

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:高校生以上

JR軍畑駅/集合(9:00)→高水山→岩茸石山・昼食→惣岳山→JR御嶽駅/解散(15:30)【歩行距離:10km】



埼玉県 **体力2** **初級** 企画:長瀬店 **KID'S**

## はじめての山歩き 宝登山・長瀬アルプス

初心者対象に装備の選び方、使い方、レイヤリング調整や水分補給、地図の読み方までレクチャーします。長瀬の観光も付いた一日満載ツアーです。



**T11N03 <新宿発着バスで行くプラン>** **旅行**

4/7(土) 6/23(土)

料金:会員¥9,800 一般¥11,300 小学生¥9,800

対象:小学5年生以上

モンベル新宿南口店前/集合(7:00)→長瀬アルプス登山口(10:40)→宝登山山頂・昼食→岩畳散策→満願の湯→モンベル新宿南口店前/解散(21:00)【歩行距離:10km】

**T11N01 <現地集合>プラン**

3/20(火祝) 4/22(日) 5/6(日) 5/19(土) 6/10(日)

7/16(月祝) 9/8(土) 9/22(土祝) 10/6(土) 10/20(土)

料金:会員¥4,800 一般¥6,300 小学生¥3,800

対象:小学5年生以上

モンベル長瀬店/集合(9:20)→長瀬アルプス登山口→宝登山山頂・昼食→下山→岩畳散策→モンベル長瀬店/解散(16:30)【歩行距離:12km】

埼玉県 **体力3** **初級** 企画:浦和美園店

## 温泉めざしてトレッキング 奥多摩棒ノ折山<さわらびの湯>

奥多摩と奥武蔵の山域の境にある標高1,000mも満たない低山ですが展望の開けた素晴らしい山です。長い木道の階段もあり体力的にも大変ですが、登りきった達成感最高です!

6/3(日) 9/2(日) 9/29(土) 10/13(土)

料金:会員¥5,800 一般¥7,300 対象:20歳以上

国際興業バス・さわらびの湯バス停/集合(9:00)→出発→白谷沢→棒ノ折山山頂(969m)→昼食→さわらびの湯/解散(16:00)【歩行距離:8km】

埼玉県 **体力2** **初級** 企画:長瀬店

## 温泉めざしてトレッキング 秩父・破風山

山登りの魅力は自然を身近に感じることができ、頑張って山頂に着いた時の達成感、そして山頂で食べるお弁当!これが山登りの最大の魅力ですが、今回は+αで温泉をめざしてみましょ。これから、山登りを始めてみたい方におすすめのツアーです。歩き方はもちろんのこと、登山装備の選び方、使い方、レイヤリング調整や水分補給のとおり方、地図の読み方まで、里山の季節を感じながら山歩きをしましょう!ゴールは温泉ですので、山を下れば温泉が待っています!汗を流して1日の疲れを癒しましょう。

3/31(土) 4/15(日) 5/26(土) 9/17(月祝)

料金:会員¥5,800 一般¥7,300 対象:中学生以上

モンベル長瀬店/集合(9:20)→ツアー概要説明→装備チェック→登山口まで移動(送迎)→破風山登山口出発→昼食→下山→満願の湯→長瀬店/解散(16:30)【歩行距離:8km】

神奈川県 **体力2** **初級** 企画:横浜みなとみらい店

## はじめての山登り 大山

雨乞いの山として古くから人々の信仰を集めた大山をのんびり歩きます。登山は初めてという方も安心。荷物の詰め方、山道の歩き方や休憩の仕方など登山の基本から解説します。富士山や箱根連山、相模平野、新宿の高層ビル群まで眺められる山頂からの雄大な展望は必見です。

4/15(日) 5/13(日)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:高校生以上

神奈川中央交通バス・大山ケーブル駅/集合(9:30)→追分駅(ケーブルカー)→大山山頂(1,252m)→休憩・昼食→下山開始→ヤビツ峠(761m)→神奈川中央バス・養毛バス停/解散(15:30)【歩行距離:8km】

神奈川県 **体力3** **初級** 企画:M.O.C.本部

## 三浦半島自然探索トレッキング 【尾根編・縦走編】

三浦半島通になれる入門トレッキングコース。地元出身のスタッフが穴場をご案内します。普段より運動されている方なら十分楽しんでご参加いただけます。



【尾根編】3/31(土) 4/7(土) 4/14(土)

【縦走編】5/12(土) 10/20(土)

料金:会員¥3,800 一般¥5,300 対象:中学生以上

JR横須賀線・東逗子駅/集合(10:00)→昼食→展望台にて休憩→南郷公園/解散(解散後逗子駅までタクシーで移動可能)(16:00)【歩行距離:尾根編 7km/縦走編 8km】

神奈川県 **体力2** **初級** 企画:茅ヶ崎店 **KID'S**

## 逗子鎌倉の路地裏散策

海の町逗子と、古都鎌倉をつなぐ無数の路地。迷ってしまいそうな路地裏に足を踏み入れれば、普通の観光では見ることのできない湘南の一面を知ることができます!

3/10(土) 4/7(土) 5/26(土) 6/9(土)

料金:会員¥3,800 一般¥5,300 小学生¥3,800

対象:小学3年生以上

JR逗子駅/集合(10:00)→浪子不動→披露山・昼食→光明寺→JR鎌倉駅/解散(15:45)【歩行距離:6km】

神奈川県 **体力2** **初級** 企画:茅ヶ崎店 **KID'S**

## 癒しの森へ 古都鎌倉ハイキング

鎌倉の森を歩きながら、ウェア選びや歩き方などをレクチャーします。天気が良ければ富士山をバックに江ノ島や相模湾が一望できます。ハイキングしながら観光ができるのも古都鎌倉の魅力です。

3/17(土) 4/21(土) 5/19(土) 6/2(土)

料金:会員¥3,800 一般¥5,300 小学生¥3,800

対象:小学3年生以上

JR北鎌倉駅/集合(9:30)→建長寺→半増坊→太平山・昼食→峠の茶屋→瑞泉寺→JR鎌倉駅/解散(14:00)【歩行距離:5km】

 **T14H12 神奈川県** 体力2 初級 企画:グランベリーモール店

はこねきんときやま

## はじめての山登り 箱根金時山

金時山は頂上から雄大な富士山が眺めることができ、箱根でも屈指の人気を誇ります。また、金太郎伝説発祥の地としても有名で、数々のゆかりのあるスポットがあり、見所も多く楽しむことができます。これから登山を始めたい、という方もスタッフがしっかりサポートしますので安心してご参加ください！

**4/14(土) 5/12(土)**

料金:会員¥6,000 一般¥7,500 対象:20歳以上

金時神社入口バス停前／集合(9:30)→出発→金時神社参拝→金時山山頂(1,213m)・昼食→下山開始→乙女峠バス停／解散(15:00)【歩行距離:6km】

 **T14TQ3 神奈川県** 体力2 初級 企画:恵比寿店 KIDS

## はじめてのアウトドアクッキング 丹沢・三ノ塔

さんのとう

丹沢の中でも屈指の富士山ビューポイントである三ノ塔で、ガスストーブを使ってお昼ごはんを作ります。数時間のハイキングの後、富士山を見ながらクッキング。山料理初めての方も、山歩き初心者の方も大歓迎です。山での新しい楽しみを見つけましょう。

**4/15(日)**

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 小学生¥4,500

対象:小学5年生以上

ヤビツ峠／集合(9:30)→富士見山荘・水汲み→二ノ塔山頂→三ノ塔山頂・昼食→ヤビツ峠／解散(15:00)【歩行距離:7km】

### 中級トレッキング

 **T11C02 埼玉県** 体力3 中級 旅行 企画:長瀬店

<新宿発着>バスで行く

## 秩父の名峰 武甲山トレッキング

バスツアーだから行き帰りも快適です。山から下りてきたら温泉に入り1日の疲れを癒しましょう!武甲山と言えば、石灰岩の採掘が有名で、その山容は存在感があるゆえ秩父の名峰と言われ、秩父に住んでいる人ならば一度は登りたい山というくらい、多くの登山者にも親しまれています。

**5/27(日)** 料金:会員¥9,800 一般¥11,300 対象:20歳以上

モンベル新宿南口店前／集合(7:00)→生川登山口到着→出発前準備・準備体操→出発→山頂到着・昼食→下山開始→下山・橋立堂→武甲温泉→新宿へ向け出発→モンベル新宿南口店前／解散(21:00)【歩行距離:8km】

 **T15H01 山梨県** 体力3 中級 企画:M.O.C.本部

いわたのさん

## 富岳十二景 岩殿山トレッキング

富岳十二景のうちの一つ、岩殿山は大月駅からアクセスも近く富士が綺麗に見える山です。コースのクライマックスでは稚児落としと呼ばれる崖があります。大岩が雄大にそびえ立つ姿はまさに圧巻です。

**3/24(土) 4/7(土)**

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:中学生以上

大月駅前／集合(8:30)→岩殿山登山口→岩殿山山頂(634m)→稚児落とし→昼食→下山→下山口→大月駅前／解散(14:30)【歩行距離:9km】

### トワイライトハイク

 **T13PN1 東京都** 体力2 初級 企画:南大沢店 KIDS

たかおさん

## トワイライトハイク 高尾山

夕暮れ時に上り始め、下山時はヘッドライトを灯しながら歩きます。東京の夜景や星空を眺め、季節によっては花火を山から見下ろせます。ムササビなどの野生動物にも出会えるかもしれません。

**3/3(土) 4/7(土) 5/12(土)**

**6/2(土) 7/7(土) 8/18(土) 9/1(土) 10/13(土)**

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 小学生¥3,000

対象:小学5年生以上

京王線・高尾山口駅前／集合(【3月・10月】15:00【4月・8月・9月】16:00【5月~7月】16:30)→琵琶滝~6号路→高尾山山頂(夕食休憩)→稲荷山コース・展望台(休憩・夜景スポット)→京王線・高尾山口駅前／解散(【3月・10月】19:30【4月・8月・9月】20:30【5月~7月】21:00)【歩行距離:7km】

### キャンプ&クッキング

 **T11NC0 埼玉県** 体力1 初級 企画:長瀬店 KIDS

## のんびりキャンプ&野外クッキング

さいたまなごとろ

## 体験 埼玉長瀬 2days

焚き火をしたり、BBQをしたり、テントで寝たりと楽しいことがいっぱいあるキャンプをしましょう!キャンプは初めてという方も心配いりません。テントの設営から火起こし、ダッチオープンを使った野外料理まで、楽しみながらマスターしましょう!

**5/19(土)-20(日) 8/1(水)-2(木) 8/22(水)-23(木)**

**9/15(土)-16(日) 10/6(土)-7(日)**

料金:会員¥15,500 一般¥17,000 小学生¥14,500

スリーピングバッグ&マット持参¥1,500・OFF

対象:小学1年生以上

【1日目】モンベル長瀬店／集合(13:20)→ツアー説明→キャンプ地に移動→テント設営→野外料理体験→夕食・フリータイム 【2日目】起床(7:30)→朝食→フリータイム→モンベル長瀬店／解散(12:30)

  **T11NC1 埼玉県** 体力1 初級 企画:長瀬店 KIDS

## 女性のための のんびりキャンプ&野外クッキング体験

## 埼玉長瀬 2days

アウトドアで女子会開きませんか?キャンプがはじめての女性の方もご安心ください。テントの組み立て、火の起こし方、ダッチオープンを使った野外料理まで、盛りだくさん!夜は焚き火を囲んで女子トークなんていかがですか!

**6/30(土)-7/1(日) 10/27(土)-28(日)**

料金:会員¥15,500 一般¥17,000 小学生¥14,500

スリーピングバッグ&マット持参¥1,500・OFF

対象:小学1年生以上(女性限定)

【1日目】モンベル長瀬店／集合(13:20)→ツアー説明→キャンプ地に移動→テント設営→野外料理体験→夕食・フリータイム 【2日目】起床(7:00)→朝食→フリータイム→モンベル長瀬店／解散(12:30)



山歩き講習会 **はじめての地図読み編**T17C05 新潟県 **体力2** 初級 企画:新潟南店

## 中ノ沢公園 4/22(日)

料金:会員¥3,800 一般¥5,300 対象:高校生以上

新三川温泉ホテルみかわ(YOU&amp;湯)集合(10:00)→ホテルみかわにて机上講習→昼食→バスにて中ノ沢公園に移動→公園内にて地図読み講習実践→新三川温泉ホテルみかわ(YOU&amp;湯)解散(15:00)【歩行距離:5km】

T19U07 石川県 **体力2** 初級 旅行 企画:金沢店

## 湯涌温泉 高尾山 5/20(日)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:高校生以上

金沢駅(9:00)→金沢湯涌みどりの里集合→高尾山登山口よりトレッキング開始→前尾山山頂→奥高尾山山頂・昼食→下山開始→マイクロバスにてみどりの里へ→金沢湯涌みどりの里解散(15:00)→総湯白鷺の湯入浴→モンベル金沢店付近解散(16:30)【歩行距離:5km】

山歩き講習会 **地図読み実践編**T17C04 新潟県 **体力3** 初級 企画:新潟南店

## 焼峰山 6/10(日) 9/23(日)

料金:会員¥4,500 一般¥6,000 対象:20歳以上

新三川温泉ホテルみかわ(YOU&amp;湯)集合(8:30)→バスで移動→滝谷登山口→尾根取付き点→修蔵峰→山頂・昼食→滝谷登山口→バスで移動→新三川温泉ホテルみかわ(YOU&amp;湯)解散(16:00)【歩行距離:8km】

T19U05 石川県 **体力2** 初級 旅行 企画:金沢店

## 湯涌温泉 順尾山 6/3(日)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:高校生以上

金沢駅(9:00)→金沢湯涌みどりの里集合→順尾山登山口よりトレッキング開始→順尾山山頂→最高地点→順尾山山頂・昼食→下山→マイクロバスにてみどりの里へ→金沢湯涌みどりの里解散(15:00)→総湯白鷺の湯入浴→モンベル金沢店付近解散(16:30)【歩行距離:5km】

山歩き講習会 **安心登山技術編**T19U04 石川県 **体力2** 初級 企画:金沢店

## 湯涌温泉 吉次山 6/17(日) 9/23(日)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:高校生以上

金沢駅(9:00)→金沢湯涌みどりの里集合→吉次山登山口よりトレッキング開始→吉次山山頂→日尾池・大平到着・昼食→下山→マイクロバスにてみどりの里へ→金沢湯涌みどりの里解散(15:00)→総湯白鷺の湯入浴→モンベル金沢店付近解散(16:30)【歩行距離:5km】

山歩き講習会 **楽になる山歩き編**T17C02 新潟県 **体力2** 初級 企画:新潟南店

## 畑倉山 5/27(日)

料金:会員¥3,800 一般¥5,300 対象:高校生以上

新三川温泉ホテルみかわ(YOU&amp;湯)集合(9:00)→バスで移動→畑倉山登山口→カツイの水場→山頂(天狗の庭)・昼食→カツイの水場→畑倉山登山口→バスで移動→新三川温泉ホテルみかわ(YOU&amp;湯)解散(16:00)【歩行距離:7km】

T19U03 石川県 **体力2** 初級 旅行 企画:金沢店

## 湯涌温泉 高尾山 5/13(日)

料金:会員¥5,000 一般¥6,500 対象:高校生以上

金沢駅(9:00)→金沢湯涌みどりの里(9:30)集合→高尾山登山口よりトレッキング開始→前尾山山頂→奥高尾山山頂・昼食→下山開始→マイクロバスにてみどりの里へ→金沢湯涌みどりの里解散(15:00)→総湯白鷺の湯入浴→モンベル金沢店付近解散(16:30)【歩行距離:5km】

## 女性のためのトレッキング

## 医王山トレッキング

T19I01 石川県 **体力2** 初級 企画:金沢店

## はじめての山歩き編 4/22(日) 9/2(日)

料金:会員¥4,800 一般¥6,300 対象:中学生以上

医王の里キャンプ場(9:30)→西尾平→白兀山山頂・昼食→下山開始→解散(15:00)【歩行距離:3km】

T19I02 石川県 **体力2** 初級 企画:金沢店

## はじめての地図読み編 5/27(日) 10/7(日)

料金:会員¥4,800 一般¥6,300 対象:中学生以上

白兀平(しらはげだいら)ヒュッテ前集合(9:30)→トレッキング開始→奥医王山山頂・昼食→下山開始→白兀平ヒュッテ前解散(15:00)【歩行距離:5km】

T19I03 石川県 **体力2** 初級 企画:金沢店

## 安心登山技術編 6/10(日) 10/14(日)

料金:会員¥4,800 一般¥6,300 対象:中学生以上

しがらく駐車場集合(9:30)→トレッキング開始→大沼休憩所到着・昼食→白兀山山頂→解散(15:00)【歩行距離:5km】



## 初級トレッキング



S18M01 富山県

体力3

初級

FS

旅行

企画:M.O.C.本部

スノーシューで登る  
春の立山一ノ越 2days

標高2,400m室堂は一面の銀世界です。雪山とスノーシューと温泉…。この時期にしか味わえない贅沢な時間を過ごしてみませんか。初心者大歓迎。春山を体験してみたい方のための雪山入門コースです。

4/21(土)-22(日)

料金:会員¥27,800 一般¥29,300 対象:20歳以上

【1日目】室堂ターミナル／集合(13:30)→室堂山荘に荷物をデポ→みくりが池周辺散策→室堂山荘に帰着→夕食→就寝 【2日目】起床・朝食(6:30)→室堂山荘発→一ノ越着→一ノ越発→室堂山荘→昼食(各自負担)→雪の大谷→室堂ターミナル解散(13:30)【歩行距離:1日目 3km/2日目 4km】



T18MBT 富山県

体力3

初級

旅行

企画:M.O.C.本部

<大阪・京都発着>バスで行く  
紅葉の立山・雄山トレッキング  
2days

天上の楽園、北アルプス立山連峰の雄山を登りながら、紅葉を楽しみましょう!一般車は入れない室堂までバスでアクセスしますので、移動もらくです!



10/6(土)-7(日)

料金:会員¥32,000 一般¥33,500 対象:中学生以上

【1日目】集合/JR大阪駅付近(7:30)・近鉄竹田駅(8:30)→室堂→散策→入浴・自由時間→夕食(18:00) 【2日目】起床(6:00)→朝食→室堂→一ノ越→雄山山頂にて昼食(3,003m)→一ノ越→室堂(15:00)→解散/近鉄竹田駅(21:00)・JR大阪駅(22:00)【歩行距離:1日目 2km/2日目 6km】



T19U01 石川県

体力2

初級

旅行

企画:金沢店

早春の湯涌温泉  
順尾山ハイキング<山菜のランチ付き>

兼六園から車でわずか20分、順尾山(ずんのおやま)でハイキング。下山後にはそば打ち体験も。打ちたてのそばと山菜のランチをご堪能いただけます。お腹が満たされた後は、美肌の湯「湯涌温泉」でほっこり。大自然の恵みを満喫して心も身体もリフレッシュしましょう。

4/15(日) 料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:高校生以上

金沢駅西口／集合(9:00)→金沢湯涌みどりの里／集合→順尾山登山口より登り→順尾山下山→順尾山登山口帰着／みどりの里へ→そば打ち体験・山菜調理・食事→金沢湯涌みどりの里／解散(14:30)→総湯白鷺の湯・入浴→モンベル金沢店付近／解散(16:00)【歩行距離:5km】

## 中級トレッキング



T17S14 新潟県

体力3

中級

旅行

企画:新潟店

KIDS

おれさど

花の百名山 大佐渡縦走  
トレッキング 2days

花の日本百名山・大佐渡を歩き、テントor山小屋に一泊して宿泊しなければ見ることのできない景色を堪能しましょう!夜は星を眺めたり、登る朝日に感動したりと泊まりならではの魅力が満載です。宿泊地での食事はみんなで楽しく自炊をします。(表示はテント泊料金、ドンデン山荘泊可能・別料金、タクシー料金別途必要)

6/2(土)-3(日)

料金:会員¥12,800 一般¥14,300 小学生¥12,800

対象:小学5年生以上

【1日目】佐渡汽船・両津港改札前／集合(12:15)→オリエンテーション・装備確認→タクシーで出発→登山口着・準備運動→トレッキング出発→どんでん山荘到着テント設置(17:00)→就寝 【2日目】起床・朝食(5:00)→金北山へ→昼食→登山口→タクシーでフェリターミナルへ→解散(15:45)【歩行距離:1日目 7km/2日目 14km】



T18M02 富山県

体力3

中級

FS

旅行

企画:M.O.C.本部

## 立山三山縦走登山 2days

3,000mの稜線を、ゆっくり歩きます。眼下に立山カルデラや黒部湖、目の前には剣岳、黒部渓谷をはさんで鹿島槍…贅沢な展望を楽しみながら歩く、縦走の醍醐味がたくさん詰まった登山です。

8/25(土)-26(日)

料金:会員¥28,800 一般¥30,300 対象:20歳以上

【1日目】室堂バスターミナル／集合(13:40)→室堂出発→浄土山→龍王岳→一ノ越山荘→夕食→就寝 【2日目】起床・朝食(5:30)→一ノ越山荘出発→雄山→大汝山→真砂岳→別山→剣御前小屋・昼食(各自)→雷鳥沢合→室堂バスターミナル／解散(14:00)【歩行距離:1日目 2km/2日目 8km】



T19J22 石川県

体力3

中級

旅行

企画:金沢店

はくせん

## 白山登山 山小屋泊 2days

夏は大展望と高山植物が咲き乱れる雲上の別天地「白山」。1回目は夏山開きあとに、2回目は花の見頃の時期に、3回目は紅葉の美しい時期に、3回白山へアタック!高山トレッキングはじめての方向きのコースです。

6/30(土)-7/1(日) 7/29(日)-30(月)

9/15(土)-16(日)

料金:会員¥22,800 一般¥24,300 対象:中学生以上

【1日目】別当出合バス停／集合(9:00)→中飯場→基ノ助避難小屋到着・昼食→エコーライン→室堂到着(宿泊)夕食・就寝(16:00) 【2日目】起床(3:30)→トレッキング開始→御前峰(2,702m)→室堂到着→朝食→下山開始→別当出合バス停／解散(13:00)【歩行距離:1日目 5km/2日目 9km】



## キャンプ&amp;クッキング

T17B01 新潟県

体力2 初級 旅行

企画:新潟店

KID'S

ほおざかやま

山菜採りキャンプ&朴坂山  
トレッキング 新潟関川村 2days

山菜採り&amp;キャンプ&amp;トレッキングと盛りだくさんの内容です、1泊のイベントなのでのんびりゆったり、みんなで新潟の自然を満喫しましょう!お子様のご参加も大歓迎です!

5/12(土)-13(日)

料金:会員¥9,000 一般¥10,500 小学生¥9,000

対象:小学1年生以上

【1日目】関川村役場前集合(10:00)→自己紹介とミーティング→山菜採りへ出発→昼食→鷹ノ巣キャンプ場へ移動・キャンプ準備→採れたて山菜を料理→テントで就寝(21:00)【2日目】起床(7:00)→朝食→登山口へ移動→朴坂山トレッキング(438m)→見晴らしの良い場所で昼食→下山→道の駅ゆ〜む／解散(16:00)【歩行距離:1日目 1km/2日目 3km】

## 山歩き講習会 はじめての地図読み編

T16U04 長野県

体力2

初級

企画:諏訪店



霧ヶ峰 強清水

5/17(木) 9/13(木)

料金:会員¥3,500 一般¥5,000 対象:20歳以上

霧ヶ峰スキー場駐車場トイレ前／集合(9:00)→グライダー滑走場→ハヶ岳を跳めながらティータイム→霧ヶ峰スキー場駐車場／解散(12:00)【歩行距離:3km】

T23J04 愛知県

体力2

初級

企画:ナゴヤドーム前店

春日井三山 3/11(日) 4/8(日)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:中学生以上

名鉄バス・植物園バス停前／集合(9:45)→弥勒山山頂・昼食→大谷山山頂→道樹山山頂→名鉄バス・植物園バス停前／解散(15:30)【歩行距離:7km】

## 山歩き講習会 地図読み実践編

T16D02 長野県

体力2

初級

企画:諏訪店

霧ヶ峰 蝶々深山 6/7(木) 10/4(木)

料金:会員¥3,700 一般¥5,200 対象:20歳以上

霧ヶ峰スキー場駐車場トイレ前／集合(9:00)→車山肩駐車場へ移動→蝶々深山山頂でティータイム→車山肩駐車場／解散(12:30)【歩行距離:4km】

T21C04 岐阜県

体力2

初級

企画:各務原店

各務原アルプス

3/25(日) 4/22(日) 5/27(日)

料金:会員¥5,500 一般¥7,000 対象:中学生以上

猿ばみ城展望台登山口／集合(9:30)→明王山山頂→猿ばみ城展望台→猿ばみ城展望台登山口／解散(13:45)【歩行距離:6km】