

登山計画書

【場所(目的地)】 白馬岳、雪倉岳、朝日岳

【エリア】 白馬・鹿島槍・五竜

【ジャンル】 無雪期ピークハント / 縦走

【日程】 2022年09月03日 - 2022年09月07日

【メンバー】

1. 徳松

血液型：O

住所：大阪市中央区

保険：JRO

2. 蟹沢

3. 菊池祥子

【山行目的】 梅海新道(梅池 親不知)

【山行集合場所・時間】 ○バス：さわやか信州号 大阪(阪急三番街)発 9月2日21:20 梅池高原
9月3日7:35

○JR 7:57発 新大阪 26番線発 のぞみ90号(N700系)(東京行) 乗車：50分 運賃：白馬大池まで7,480円

指定席：名古屋まで3,270円 8:47着 名古屋 14番線着 歩き7分 ホーム6分 9:00発 名古屋 10番線発[当駅始発]

しなの5号(長野行) 乗車：2時間5分 指定席：松本まで1,360円 11:05着 松本 3番線着 歩き3分 ホーム12分

11:20発 松本 6番線発[当駅始発] 大糸線(東日本)(南小谷行) 乗車：1時間50分 13:10着 白馬大池(13:10)発

白馬大池 徒歩 1時間(14:10)着 梅池高原

ゴンドラ&ロープウェイ

梅池高原 梅池ヒュッテ・梅池山荘

前日の9月2日に梅池山荘OR梅池ヒュッテに行く。

【行動予定】

○9月3日 07:30 梅池自然園 - 09:06 天狗原 - 11:30 白馬大池 - 13:54 小蓮華山 - 14:54 三国境 - 16:06 白馬岳 -
16:18 白馬山荘(1泊)

○9月4日 06:30 白馬山荘 - 06:48 白馬岳 - 07:24 三国境 - 08:00 2502m地点 - 09:12 雪倉岳避難小屋 - 10:12
雪倉岳 - 13:00 2042m地点 - 15:06 朝日小屋(1泊)

○9月5日 05:30 朝日小屋 - 06:42 朝日岳 - 07:42 吹上のコル - 11:54 黒岩山 - 13:54 サワガニ山 - 16:18 犬ヶ岳
- 16:30 梅海山荘(1泊)

○9月6日 05:00 梅海山荘 - 06:48 菊石山 - 09:48 白鳥山 - 11:36 919m地点 - 12:12 坂田峠 - 13:00 尻高山 -
14:12 二本松峠 - 16:12 梅海新道登山口 - 17:24 親不知駅

【地図】 https://www.yamareco.com/modules/yr_plan/showmap.php?plid=2117287&mode=yahoo

【緊急時の対応】 梅海新道 <https://tsugami.info/faq/>

【食事】 宿

○梅池山荘&梅池ヒュッテ：1泊朝夕食付き + 風呂

○白馬山荘：1泊2食付

○朝日小屋：1泊夕食付：朝食無し

<https://www.asahigoya.net/info/syokuji.html> ○梅海山荘：無人小屋

○白鳥小屋：無人小屋

○親不知観光ホテル：1泊朝夕食付き

【共同装備】

【個人装備】

長袖Tシャツ(速乾)、中間着(フリース)、下着(ミレー上・ウール下)、ウールインナー(上下)、ズボン、靴下、グローブ、防寒着(ナノパフ)、雨具、ゲイター、日よけ帽子、着替え(下着と長袖Tシャツ)、タオル2枚、靴、予備靴ひも、ストック、ザック、ザックカバー、ハイドレーション(2Lと1L)、水筒(500mLペットボトル*2)、水筒ホルダー、魔法瓶(山専)、ガスカートリッジ(SOTO)、コンロ(ウインドマスター)、コッヘル(アルパインクッカー)、食器(アルパインスタッキングボウル 14)、調理器具(ワッパー武器2本セット)、ライター、持ち帰り袋(ジップロックL)2枚、ヘッドランプ、予備電池、筆記用具、ロールペーパー、保険証、携帯(GPS)、携帯バッテリー、充電ケーブル、時計、眼鏡、コンタクト、コンタクトケース、サングラス、ナイフ(EDELRID)、カメラ(オリンパス Tough)、HMSカラビナ3枚、テープスリング(150cm * 1又は120cm * 1と60cm * 2)、ファーストエイドキット、常備薬(目薬 虫刺され他)、地図(山と高原地図)、コンパス、計画書、昼ご飯、行動食、非常食(カロリーメイト)、調理用食材、調味料、飲料