

## トレッキング当日の動き

【時間割】	集合時間	午前 9時30分
	出発時間	午前10時00分

※6月4日(土)、5日(日)限定 西岳・高森高原コース

集合時間	8時30分
出発時間	9時00分

【集合場所】 「にぎわい市会場」 総合案内所前  
(奥中山高原温泉「朝朱の湯」駐車場内)

【駐車場】 「にぎわい市会場」 専用駐車場 (無料)

【コース】 <西岳コース：標高差約350m 距離約5km、>  
奥中山高原にぎわい市会場～スキー場ゲレンデ南側～  
～西岳山頂(1,018m)～スキー場北側ブナの木コース～  
～にぎわい市会場着 12時30分頃

※所要時間は、約2時間30分程を予定しています。

(途中休憩の時間を含む)

※一部、勾配が急なところもございます。

※おトイレはできるだけ、出発前にお済ませください。

(途中、山頂付近に「仮設トイレ」がございます)

<西岳・高森高原コース：標高差約350m、距離約10km>

※6月4日(土)・5日(日)のみ同時開催

奥中山高原にぎわい市会場～西岳山頂までは西岳コースと同じ～

～山頂～岩手県風力発電基群～高森高原レストハウス～

(高森高原でしばらく休憩いたします。旬のツツジをご鑑賞ください)

～にぎわい市会場到着 13:00頃 (マイクロバスで移動)

※所要時間は、約4時間を予定しています。(途中休憩の時間を含む)

※高森高原レストハウスは休業・閉鎖中ですが、公衆トイレ使用できます。

## 【実施判断】

気象予報及び当日の天候状況および突発的事象によっては、主催者および案内人の判断により、中止および途中下山をする場合がございます。あらかじめご了承ください。

## 【装 備】

### <服装・履物>

帽子・アウタージャケット・長袖シャツ・パンツ・着替えアンダーウェア  
・手袋・レインウェア・トレッキング靴（歩きやすい靴など）

### <一般携行品>

ザック・飲料水・非常食・タオル・チリ紙・時計・携帯電話・ゴミ持ち帰り袋・  
鈴・鐘・ラジオなど音のでる物（熊対策）・その他各自で必要と思われる携行品

## 【その他・お問い合わせなど】

ご不明の点等ございましたらお気軽にお問い合わせください

TEL : 0195-35-3131

メール : info@okunakayamakogen.jp

## 【おにぎり弁当 @400円（税込）の事前予約販売】

トレッキング中にお召し上がりいただける奥中山高原特製の「おにぎり弁当」の事前予約をお受けいたします。ご希望の方はお申込みの際、もしくは出発2日前までに事務局までお申込みください。（当日販売は致しておりません）

以上