

親子登山教室(戸神山)計画書

公益社団法人 日本山岳会宮城支部

支部長 千石 信夫

山行集会委員長 千石 信夫

担当 山行集会委員 佐藤昭次郎

○10月29日(日)コースタイムスケジュール

JR 仙山線陸前白沢駅前広場(駐車場) 8:00分集合→9:00 登山口駐車場→9:10 市水道施設
→9:40 三叉路広場 10:00→11:05 女戸神山 11:15→11:35 戸神山(昼食) 12:10→12:20 水場
(使えない事多し) →13:00 三叉路広場 13:45→14:10 登山口→14:30 陸前白沢駅(解散)

○参加人数・小学中学年以上5家族(15名)

人数に達し次第締め切り

○費用・・・無し

○申し込み・佐藤昭次郎 022-392-3273

○持ち物

- 地図・・・準備できれば!今回は資料として家族単位で用意しますが**磁石**は持って来てね。
- 雨具・・・晴れてても持ちましょう(傘よりカッパですよ)
- 靴・・・トレッキングシューズがベストですが運動靴でも可ただし汚れますよ
- 軍手・・・
- 服装・・・長袖 長ズボンですよ、帽子もだよ。
- 飲み物・・・ペットボトル(500cc)多いほど良いが重いです。
- 汗拭き・・・タオル
- 着替え・・・晴れていれば斜面のぼりをします。
- 昼食・・・各自山頂で食べます。
- 敷物・・・休憩時に使います。
- その他・・・虫除け おやつ など

