

会員限定！2023

初級～中級コース

【定例登山教室】

(全12回)

●実施日:5月～10月毎月第1、第3(土曜日) ●出発:実施日で変わります。(約7～9時間位、移動も含む) ●集合場所:すばーく中山

●参加費:会員4,000円／(1回)(傷害保険、車両等、その他等含む) ※必ず実施日の10日前まで参加費を添えて申込。

●移動手段:ワゴン車(10人乗り)

●持ち物:昼食、マイコップ、タオル、飲み物、登山できる服装、登山靴、ストック、雨具 ●その他:雨天決行(現地まで行き判断)

●定員:先着9名 (実施日の定員6名未満の時は中止とします) ●参加条件:付記の条項を同意頂ける方。(経験者で登山に自信ある方心身とも健康な方。)

付記 *中山総合スポーツクラブが主催する事業にあたり下記の条項を同意した上で参加申込致します。

記

- ①新型コロナ感染状況、悪天候、参加者の体調等により、登山のコース変更、中止をする場合がございます。②万が一、事故が発生した場合での応急処置は致しますが、それ以上の責任は負いません。
- ③参加者は、傷害保険等に加入致しますが、保険の補償限度外の責任はとれません。④行動中に身体に異常を自覚した場合は、速やかに責任者に申告します。⑤疾患に起因する事故は本人負担が原則です。
- ⑥貴重品、手荷物等の管理は自己責任となります。⑦団体行動を厳守していただきます。

実施日	集合時間	出発時間	名称(場所)	内容	詳細
5月6日(土)	5:20	5:30	初級コース 鶴岡 日本国(小俣コース)	登山の難易度＝体力度1:難易度A 標高555m・往復3時間30分位	山形県と新潟県の県境に位置する山。山頂には休憩舎(トイレ無)や記帳場、大きな広場等が整備されています。特に展望台からは、西に日本海の粟島や佐渡島を、北には鳥海山を、東には月山や朝日連峰を見渡すことができます。
5月20日(土)	6:45	7:00	初級コース 金山町 薬師山	登山の難易度＝体力度1:難易度A 標高437m・往復2時間30分位	国道13号線、新庄市から金山にぬける上台峠から、ピラミッド状の3つの山を眺めることが出来る。西から薬師山(436.7m)、中ノ森(415m)、熊鷹森(390m)であり、金山三峰と呼ばれる。比較的登りやすい山で、途中でえぐれた様子も見られ、頂上には古い薬師神社がある。頂上からは金山町を一望できる。
6月3日(土)	6:45	7:00	新庄・最上 八森山 (薬師原コース)	登山の難易度＝体力度2:難易度A 標高1098m・往復4時間分位	新庄市と最上町の境にあり、神室山の南西部に位置する八森山は神室山を奥の院とする、雨乞いや日和乞いを祈願した信仰の山です。また、天狗が住むという伝承があり、東西二峰にわかれています。山頂にあたる東峰は登山道にはなく、360度の展望が楽しめる西峰が実質的な山頂です。
6月17日(土)	5:50	6:00	小国町(置賜) 天狗山	登山の難易度＝体力度1:難易度B 標高599m・往復2時間30分位	天狗の鼻のように突き出た岩山が特徴で、子育て地蔵、護摩堂、奥の院、雷権現など多くの神様が祀られ、古くから二荒山古峰神社の奥の院とも称される修験場でした。山頂からは朝日連峰や飯豊連峰を望むことができます。
7月1日(土)	5:50	6:00	鶴岡市 摩耶山 (関川コース)	登山の難易度＝体力度2:難易度C 標高1020m・往復4時間30分位	摩耶山は、新潟県との県境近くにある山です。1000mを若干越える程度の標高ながら、極めて峻険な山です。山頂からは、月山や朝日連峰の山々から日本海まで、素晴らしい眺望が楽しむことができます。
7月15日(土)	6:20	6:30	初級コース 宮城大和町 七ツ森 松倉山-撫倉山周回コース	登山の難易度＝体力度1:難易度A 標高359m・往復3時間00分位	奥羽山脈の東方に延びる舌状台地の松島丘陵(黒川丘陵)上にあり、周囲の仙台平野各地から見る事が出来る。奥羽山脈上の船形山から東方に泉ヶ岳、七ツ森と続く峰々です
8月12日(土) (第2土曜日)	5:20	5:30	酒田・遊佐 鳥海山 頂上をめざさない (鉾立～御浜～鳥海湖周遊コース)	登山の難易度＝体力度3:難易度C 標高1236m・往復3時間30分位	今回は、鳥海湖周遊コースです。鳥海湖周遊はハイシーズンにおすすめのコースです。平坦な登山道をのんびり歩きますので、鳥海湖を中心に360°、好きな角度からの鳥海山と下界の景色を堪能します。頂上はめざしません!
8月19日(土)	5:20	5:30	初級コース 小国町 百石山	登山の難易度＝体力度1:難易度A 標高599m・往復2時間15分位	小国町伊佐領地区にあり、国道113号線から眺めると美しいピラミッドな山容が特徴的な山です。山頂手前の展望台からは眼下に横川ダムと岩向山(がんこうやま)が、その奥には壮大な飯豊連峰の山々を見渡すことができます。
9月2日(土)	5:50	6:00	山形市 山形神室岳	登山の難易度＝体力度2:難易度A 標高1344m・往復3時間30分位	山形神室岳は、すぐ東にそびえる仙台神室の兄弟峰です。その山名は山容がちょうど戦国武将の兜に見えることに由来すると伝わりますが、北には、面白山から御所山へと続く稜線が、そして南には蔵王連峰へと続く稜線が、それぞれ雄大な景観を形づくって、奥羽山脈を果てしく連ねています。
9月16日(土)	5:20	5:30	小国町 倉手山	登山の難易度＝体力度2:難易度B 標高952m・往復4時間00分位	飯豊連峰の雄大な景色を見渡す限り楽しむことができるとして、人気のある山です。展望の良い山頂の広場に立つと、左手の地蔵岳から飯豊本山眼前に迫りくるように立ちほだかる山々の威容が、圧倒的な美しさを見せてくれます。
10月7日(土)	4:45	5:00	岩手・宮城・秋田 栗駒山 (宮城側 湯浜コース)	登山の難易度＝体力度2:難易度B 標高1626m・往復4時間30分位	日本屈指の山岳紅葉、ブナの原生林、魅力的な温泉、そして登山初心者から上級者まで楽しめる登山コースを有するため、一年を通して多くの方が訪れる魅力あふれる絶景地です。「東北では秋田駒ヶ岳と栗駒山を百名山にいれるべきであったかもしれない」と述懐している隠れた名峰です。
10月21日 (土)	5:50	6:00	山形市 雁戸山	登山の難易度＝体力度2:難易度B 標高1484m・往復6時間30分位	雁戸山は北雁戸、南雁戸の双耳峰で構成され、その急峻な山容がガンドウ(のこぎり)を連想させることからこの名で呼ばれるようになったと言われます。カケスガ峰から雁戸山頂までの稜線は、眺望が抜群です。