

## 公開山行・日帰りハイク 2010

大田山の会 <http://ota-ac.com/>

山に登ってみたいけど、どうやって行ったらいいのかわからない・・・

山の会の雰囲気を知ってみたい！

大田山の会の仲間と始めてみませんか？会員外の方でもお気軽にご参加下さい。



2009年11月 伊豆ヶ岳

### 第2回 2010年11月28日(日) 日の出山

#### ○集合

JR 青梅線 二俣尾駅 8時40分 (二俣尾駅 8:37 着の電車あり)

各駅からの出発時間→JR 蒲田駅 6:31 JR 川崎駅 6:45 JR 立川駅 7:51

#### ○行程

二俣尾駅～三室山～日の出山～麻生山～金比羅山～武蔵五日市駅 約7時間

(状況によっては、日の出山よりつるつる温泉に下山。)

#### ○参加費

1,000円

(山岳保険代が含まれていますが、食費および交通費は含まれません。)

#### ○申し込み方法(下記のいずれかの方法で申し込んで下さい。)

・毎月第三木曜日に行われる例会場で申し込み。

例会の場所はHPで確認して下さい。大田山の会 <http://ota-ac.com/>

・電話 大田山の会事務局長 今西 080-5010-8092

・今西宛 E-mail <masou@agate.dti.ne.jp>

#### ○申し込み締め切り

2010年11月18日(木) 20時

#### ○服装(化繊またはウール可、綿製品は不可。)

・長袖シャツ・長ズボン

・セーターやフリース等の防寒着

#### ○必要な装備

・お昼(おにぎり パン等)・ザック(20～30 リットル)・軽登山靴・雨衣

・帽子・手袋・着替え・水 お茶等・行動食・コンパス・地形図

・ヘッドランプ(懐中電灯)・防寒着

#### ○あると便利な装備

・傘・ストック・日焼け止め