

第345回：湯ノ岳（スパリゾートハワイアンズ）のご案内

(★★★ 中級者向き)

日本屈指の広い面積を誇るいわき市の中心市街地から南西へ10km程のところに位置する阿武隈山地には紺碧の太平洋を見渡すことができる山が幾つかあるが、この湯ノ岳もそのひとつ。前泊は「スパリゾートハワイアンズ」。横浜駅からの宿泊者専用バスを往復利用できる（無料）。温泉やポリネシアンショーを楽しんで銳気を養い、翌日の登山に備える。

1、月 日	9月24日(水)～25日(木) (一泊二日) ※雨天実施(荒天中止)																				
2、集 合	9月24日(水) 午前9時 横浜駅東口 YCAT (横浜シティ・エア・ターミナル) 第一ロビー ※バスは指定席。ハイキングの会の座席も決まっています																				
3、交 通 (参 考)	【行き】横浜駅発 09:40 → スパリゾートハワイアンズ着 13:25 頃。 ※守谷SA・友部SAで休憩予定(昼食購入可)。バス内は禁酒・禁煙ですが飲食可。 【帰り】スパリゾートハワイアンズ発 15:30 → 横浜駅西口着 19:45 頃 ※行きと同じSAで休憩																				
4、コース	◎湯ノ岳(593.4m) 歩行時間:約1時間10分(標準時間) ※一部出発時間・コース等変更。 スパリゾートハワイアンズ ⇒ (タクシー利用・途中コンビニ立ち寄り・約30分) ⇒ 観音堂跡 (ウォーミングアップ) ⇒ (徒步約40分) ⇒ 湯ノ岳山頂(記念撮影・休憩) ⇒ (徒步約30分) ⇒ 観音堂跡(昼食・整理体操) ⇒ (タクシー利用・途中で展望スポット立ち寄り・約45分) ⇒スパリゾートハワイアンズ ※出発時間:9:00 (朝食は6:30から可能。各自済ませてホテル前集合。) ※不要な荷物はフロントに預け可能。「入場券」は2日間有効。下山後も入浴可能。																				
	標高差	560m	歩行時間(概算) 約70分																		
5、費 用	<ul style="list-style-type: none"> ・ホテル代(1泊2食) 約18,000円 【公式】スパリゾートハワイアンズ・ホームページ ・ポリネシアンショー指定席(2階席): 無料 ・タクシ一代(往復): 一人あたり約5,000円 <p>合計:約25,000円</p>																				
6、申込み リーダー	<ul style="list-style-type: none"> ● 申込み先:曲尾 実(リーダー) 電話:045-955-0079(留守電) 携帯:090-2536-8035 E-mail: mag691429@yahoo.co.jp ● 申込締切: 9月5日(金) ※6月中に現時点での参加状況を確認させていただきます。 																				
7、装 備	<table border="1"> <tr> <td>昼食(9/25分)</td> <td>行動食/飲料</td> <td>ヘッドラップ</td> <td>帽子</td> <td>雨具(レインウェア・傘・ザックカバ)</td> </tr> <tr> <td>一</td> <td>着替え</td> <td>熱中症対策品</td> <td>地図</td> <td>磁石</td> <td>ティッシュペーパー</td> <td>計画書(この案内書)</td> <td>健康保険証</td> <td>身分証明書</td> <td>薬(常用薬、バンテリン、芍薬甘草湯など)</td> <td>筆記具</td> <td>ゴミ袋</td> <td>熊鈴等</td> </tr> </table>			昼食(9/25分)	行動食/飲料	ヘッドラップ	帽子	雨具(レインウェア・傘・ザックカバ)	一	着替え	熱中症対策品	地図	磁石	ティッシュペーパー	計画書(この案内書)	健康保険証	身分証明書	薬(常用薬、バンテリン、芍薬甘草湯など)	筆記具	ゴミ袋	熊鈴等
昼食(9/25分)	行動食/飲料	ヘッドラップ	帽子	雨具(レインウェア・傘・ザックカバ)																	
一	着替え	熱中症対策品	地図	磁石	ティッシュペーパー	計画書(この案内書)	健康保険証	身分証明書	薬(常用薬、バンテリン、芍薬甘草湯など)	筆記具	ゴミ袋	熊鈴等									

