

＜山の遠足・陽だまり-駅からハイキング＞

20251203(100)

▲△▲長澤登山教室

奥多摩・青梅の森 参加要項



東京の紅葉も捨てたもんじゃない！ 青梅の森で名残りの紅葉を愛でながら、のんびりと陽だまりハイキングです。下山後には美味しいランチででもいかがですか？

行動時間＝3.OH、難易度＝GG、募集＝4名、P＝100

期　　日　　2025年12月15日(月)

集合場所　JR青梅線 青梅駅 改札口 09：00

集合方法　東京発07：31（新宿発07：45）のJR中央線(快速)[青梅行き]に乗車し、青梅着08：53。

コ－ス　JR青梅駅～青梅丘陵ハイツグコ-入ロ～展望広場～青梅の森入口～おにぎり岩～赤っぱげ～持田氏別荘跡～JR東青梅駅

講　　師　　長澤壽人　　090-5495-9462

講習費　10,000円

*国内旅行傷害保険保険料を含みます。*交通費等は、各自負担となります。

用意する物　一般的な登山用品（ヘッドラップ、水筒、雨具、防寒着）、行動食、コップ
地図（山と高原地図「奥多摩」／2.5万図「青梅」）、コンパスなど。

申込書

12／15(月)の「奥多摩・青梅の森」に参加します。

申込方法

確定表の検討に○印の方は、申込書をFAXor郵送して下さい。
 確定表の申込に○印の方は、申込書の返送は必要ありません。
 *メールでのお申し込み、お問い合わせもお受けいたします。
 *FAXの場合は、申込書をお送り下さい。

講習費は、当日、現金でお支払い下さい。

ふりがな			血液型	生年月日（西暦）		
氏名				年 月 日		
住所	〒 -					
tel						
fax						
mobil						
mail						
既往症						
緊急連絡先	氏名	(続柄：)				
	住所	〒 -				
	tel					
	fax					
	mobil					