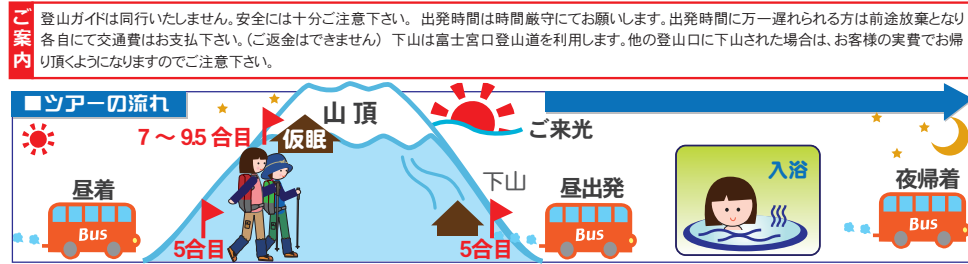


- 出発日： 月 日 ()
- 出発場所： □新宿・□東京・□横浜・□西船橋・□大宮
- 下車場所： □新宿・□東京
- 山小屋： □山小屋八合目以上指定・□山小屋指定

- レンタル： □付 (名)・□なし (名)
- 1日目五合目での昼食OP： □なし・□付き
- 2日目入浴施設での昼食OP： □なし・□付き

スケジュール		食事
1	≪シャトルバス/大宮(6:00発)・横浜(6:00発)・西船橋(6:00発)・東京(6:40発)≫=新宿(7:30発)=(富士山スカイライン)=富士山五合目(富士宮口)(11:00頃着) =昼食・休憩・登山準備・・・お客様のペースで登山(約4~5時間)・・・山小屋(休憩・夕食・仮眠) ※1日目五合目での昼食は事前予約のお客様のみ昼食付となります。 事前に予約がない場合は各自昼食をお取り下さい。	<input type="checkbox"/> 昼 <input checked="" type="checkbox"/> 夕 <input type="checkbox"/> 夜
2	山小屋(各自で登山開始)・・・お客様のペースで登山・・・頂上(ご来光)・・・各自下山・・・富士山五合目(富士宮口)(11:30発)=(富士山スカイライン)= =富嶽温泉 花の湯(入浴・昼食)(約90~120分)=浅間大社・お宮横丁=新宿西口(18:00頃着)=東京(18:30頃着) ※2日目入浴施設での昼食は事前予約のお客様のみ昼食付となります。	抜当 <input checked="" type="checkbox"/> 朝 <input checked="" type="checkbox"/> 昼 <input checked="" type="checkbox"/> 夕

※このコースにはガイドはつきません。お客様のペースで登山ください。時間配分はあくまで一例となります。



1日目 2日目

■全コース共通インフォメーション(必ずお読み下さい。)

- 天候や交通・登山道状況等の事情により、行程・利用施設・スケジュールが予告なく変更になる場合がございます。
- 天候や行程によりご来光が見えない場合がございます。また多客時は登山道の渋滞により登頂ができない場合がございます。また現地山小屋、安全指導センターの判断により登山を中止、行程を大幅に変更する場合がございます。予めご了承ください。その場合でも旅行代金の返金はございません。
- 全コース雨天決行です。ただし、台風などの豪雨の場合は、事前にツアー中止のご連絡をさせていただきます。また、当日天候が急変し、現地案内人もしくは安全指導センターの判断で登山を中止する場合がございます。
- 集合場所、時間は厳守にてお願いします。万一遅られる場合は前途放棄されたものとしてバスは出発いたします。
- 天候・交通事情等により予定通りに進行出来ない場合はバスルートの変更、発着時刻の遅延等が発生いたしますので予めご了承ください。万一、現地に到着時刻が遅れ、現地滞在時間の短縮や、帰着が遅れて、タクシーの利用もしくは宿泊を余儀なくされる事態が発生しても、弊社は一切の請求には応じられません。
- ご来光の時間は季節によって異なりますので山小屋出発時間が予定より早くなる場合がございます。当日登山ガイドの指示に従って頂くようお願い致します。
- 富士山保全協力金として、1,000円を道中に徴収いたします。任意ではありますが、ご協力をお願いします。
- お荷物は、バス車内に置くことができませんので予めご了承ください。お荷物は富士宮口新五合目・レストセンター内食堂階にございます注文カウンターにて、「サンシャインツアー」で参加しと仰って頂き、通常1,000円のお預かり料が、500円にてご利用いただけます。
- 5合目で標高2,000mを超えております。空気が薄く、登山行程中、高山病になる恐れがありますので、出発当日は、睡眠不足・二日酔いなどないよう体調の管理にも十分気をつけてください。五合目到着後、30分以上休憩を取り、体を標高に慣らしてから登山を開始することをお勧めいたします。
- 山小屋は男女混合の相部屋で、混雑時は一人あたり畳未滿の割当てでお休み頂く場合がございます。布団はございません。
- 富士山では水が貴重で、すべて有料となります。飲み水以外の利用分も計算し、ご準備ください。
- 当日予定宿泊所以外の山小屋にご宿泊の場合、宿泊料金はお客様ご負担となり旅行代金の返金はございません。
- 当ツアーでは登山時にも富士宮口登山道を利用しますが、気象状況や混雑状況などにより、御殿場ルートから下山し、宝永火山を抜けて富士宮新六合目へ抜けるルートで下山する場合がございます。万が一御殿場口五合目へ降りた際は、お帰りの交通費などすべて自己責任・自己負担となりますのでご注意ください。
- 集合案内により中型バス又はマイクロバスにて運行する場合がございます。また、他社ツアーと混載となる場合がございますので予めご了承ください。
- 2日目の山小屋出発時間はご来光の時間や混雑状況にもより、当日ガイドよりご案内します。
- 温泉入浴施設では、フェイスタオル・バスタオル無料レンタルあり
- レンタル付のお客様は五合目取返・返却となります。

ザックは30Lが目途。雨天用にザックカバーも用意しよう。

- 雨具**：山の天気は変わりやすいので必ず持参。上・下別の型でテックス素材がおすすめ。絶対必要!
- 防寒具**：フリースやダウン、保温性の高いウェア、手厚いソックスなど風を遮るもの。
- 軽食類**：おにぎりやバナナ、好まぬものはない。チョコレート、疲労回復効果のあるエネルギー源として役立つ。
- ヘッドライト**：夜明け前に歩きはじめるため絶対必要!
- 着替え**：汗をかくので必要!雨天時は濡れるのでビニール袋に入れておこう。
- 飲料水**：500ml2本が目途。到着まで購入も可能。
- その他**：時計、タオル、ゴミ持ち帰り用袋、携帯電話、ティッシュペーパー等

■ 服装・荷物の準備をしよう

- 帽子**：ハット・キャップ。雨型どちらでもOK。必需品!!
- 手袋**：寒さよけ、ケガを予防するためにも必要。
- Tシャツ**：下着として着用もでき、暑ければ上着を脱いでTシャツ一枚に。Tシャツ一枚にしたいのでも便利。
- ズボン**：伸縮性があれば普通のズボンでもOK。Gパンは乾きが悪く不可。
- くつ下**：マメや靴ずれを防ぐために厚手のものを。
- 上着**：体温の調整を素早くするために脱ぎ着しやすいもの。
- 下着**：汗をかくので下着は必ず用意しよう。
- ステッキ**：下山時にヒザへの負担が軽減される。あれば便利。
- スパッツ**：砂が靴の中に入るのを防いでくれます。あれば大変便利。
- 靴**：砂が入りにくく、足首まで保護できる物が望ましい。靴底がしっかりしたハイカット(くるぶしを被った深い靴)のものがおすすめ。

■ バスのご案内

○バスの座席は指定席となり、出発当日ご案内します。○車内は全席禁煙です。○車内では携帯電話はマナーモードにしてください。○約3時間毎に、サービスエリアでトイレ休憩をとります。○必ずシートベルトの着用をお願い致します。

■ 集合場所

フジサミットツアーという名前で受付致します。

■ 新宿 (最終受付場所)

新宿西口 新宿センタービル南側

7:10集合 / 7:30出発

■ 東京 (シャトル)

東京駅八重洲中央口 新生銀行前

6:25集合 / 6:40出発

■ 横浜 (シャトル)

横浜駅西口貫切バス乗降場 (横浜ベイシエラトン西向かい)

5:50集合 / 6:00出発

■ 西船橋 (シャトル)

西船橋駅南口 京葉線高架下

5:50集合 / 6:00出発

出発時の緊急連絡先 集合場所がわからない場合、出発時間になってもバスが来ないなど **090-6570-4901** までご連絡ください。(受付時間 5:40~7:30)

■ 登山中の注意事項

- **高山病**：3,000mを越える高所の為、登山中に頭痛・吐き気など気持ちが悪くなってしまう場合がございます。対応として、まず五合目ではしばらく時間をかけて体を十分に慣らして出発して下さい。それと自分のペースで登って下さい。それと水分はこまめに摂る事が重要です。
- **雷と風(注意)**：富士山では雷と強風が発生しやすいです。雷鳴が聞こえたら、すぐに最寄りの山小屋へ避難して下さい。また強風の場合も落石や風に吹き飛ばされ崖から転落する危険性があるので、悪天候時は最寄りの山小屋に避難して下さい。
- **曇りと日差し(注意)**：富士山は標高が高いといえ、下山するにつれて晴天時には暑くなります。日陰が少ないので、日よけの帽子、水分を必ずご用意して日射病や脱水症状にならないよう注意して下さい。
- **ゴミは必ず持ち帰る**：自分が持ち込んだゴミは必ず持ち帰ります。ゴミは山小屋ではひきとってくれません。
- **下山が一番辛い**：登りよりも下山の方が足に負担がかかる為、足元を滑らせない、関節やつま先が痛くなってとつらいです。
- **トイレは有料**：富士山では五合目以降トイレは全て有料(50円~200円)です。必ず小銭をご用意ください。

■ 大宮 (シャトル)

大宮駅西口 大宮ソニックシティビル前

5:50集合 / 6:00出発