

■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)⇒やまどうぐレンタル屋河口湖店⇒(富士スバルライン)⇒ 富士山五合目(吉田口)(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。	☒ 昼 ☒ 夜 ☐ 夕
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(吉田口)(11:30発)⇒(富士スバルライン)⇒ 入浴施設(入浴・昼食)(約90～120分)⇒富士浅間大社・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。	お弁当 ☒ 朝 ☒ 昼 ☒ 夜

※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の一例となります。

ご案内
 登山ガイドは同行いたしません。安全には十分ご注意ください。出発時間は時間厳守にてお願いします。出発時間に万一遅れられる方は前送放棄となり各自にて交通費はお支払下さい。(ご返金はできません) 下山は全コース河口湖登山道を利用します。他の登山口で下山された場合は、お客様の実費でお帰りのようになりますのでご注意ください。



1日目 2日目

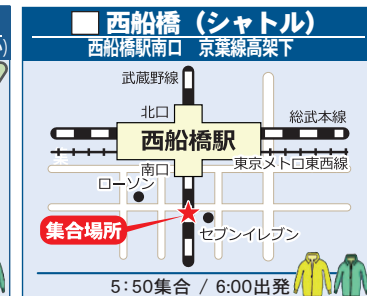
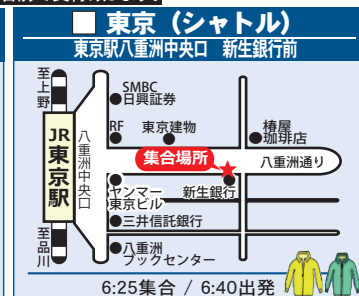
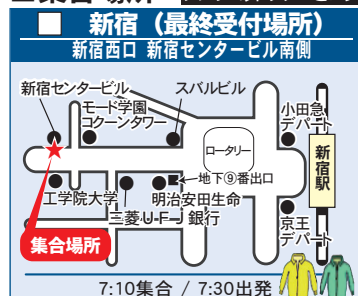
■全コース共通インフォメーション(必ずお読み下さい。)

- 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頂上ができない場合がございます。また山小屋、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。万一遅れられる場合は前送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運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、現地到着時刻が遅れて、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円を道中にて徴収いたします。任意ではありますが協力をお願い致します。
- 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。また、五合目富士急雲上閣にもコインロッカーがございます。
- 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付けてください。五合目に到着後、30分以上休憩を取り、体を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末満の割当てでお休み頂く場合がございます。布団はございますが、入浴・シャワーはできません。
- 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。
- お荷物の入浴付きコースにご参加のお客様は、現地にてバスチケットの買出がありますのでご利用ください。
- 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。
- 当ツアーは河口湖・吉田口登山道を利用します。下山途中一箇所分岐がありますのでご注意ください。(下山道八合目付近の茶色い屋根(江戸屋)の分岐点を看板の表示通り河口湖富士吉田・スバルライン方面へ必ず左折して下さい。)万が一、下山道を間違ってしまった場合は、お客様の実費でお帰りのようになります。
- 乗客人員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ますが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受取・返却となります。
- 入浴施設はふじやま温泉又はその他温泉施設を利用いたします。当日案内。

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。



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を超える高所の為、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必要です。
- (雷と風に注意) 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。
- (暑さと日差しに注意) 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、水分を必ずこまめに摂取し脱水症状にならないよう注意して下さい。
- (ゴミは必ず持ち帰り) 自分が持ち込んだゴミは必ず持ち帰りましょう。ゴミは山小屋ではひきとってくれません。
- (下山が一層つらい) 登りよりも下山の方が足に負担がかかる為気を付けたい、関節やつま先が痛くなってとてもつらいです。
- (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。

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を。上下別の型をセパレート型。ゴアテックス製がおすすめ。絶対必要!
- 防寒具 フリースや保冷剤の上にスキーウェア、厚手のレインズーツなど風を遮れるものを。
- 軽食類 おにぎりやパン、好きなものでかきまわす。チョコレート・疲労回復の即効性のあるエネルギー源として役立。
- 飲料水 500ml2本が目途。割高ですが山小屋での購入も可能。
- 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。
- ヘッドライト 夜明け前に歩きはじめます。絶対必要!
- 酸素 一缶あればイザと言う時に助かる。
- その他 時計□タオル□ゴミ持ち帰り袋□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

服装についてアドバイス

- 帽子 ハット・キャップ型どちらでも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シャツ一枚にすることもいいので便利。
- ズボン 伸縮性があれば普通のズボンでもOK。Gパンは乾きが悪く下着も必要。
- 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(くるぶしを被う深い靴)のものがおすすめ。

