

**昼発**  
2日間

# ゆっくり昼発富士登山 行程表



■出発日： 月 日 ( )      ■レンタル：□付 (名)・□なし (名)  
 ■出発場所：□新宿・□東京・□羽田空港      ■下車場所：□新宿・□東京・□羽田空港

## スケジュール

	スケジュール	食事
1	羽田空港(11:00発)・東京(11:45発)＝新宿(12:15発)＝やまどうく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)(15:30頃着)＝ 休憩・登山準備・・・お客様のペースで登山(約3～4時間)・・・七合目山小屋「鳥居荘」(休憩・夕食・仮眠) ※七合目山小屋(富士一館)をご利用いただく場合があります。	<input 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・朝食)・・・各自下山・・・富士山五合目(吉田口)(10:00発)＝ 富士スバルライン)＝石和温泉(入浴・昼食)(約90～120分)＝モンデ酒造(おみやげ販売・ワイン試飲)＝羽田空港(17:00頃着)＝東京(17:50頃着)＝ 新宿西口(18:30頃着)	<input type="checkbox"/> お弁当 <input type="checkbox"/> 朝 <input type="checkbox"/> 昼

※往路・復路共に飛行機の時間にあわせて、ツアー行程のスケジュールを変更する場合がありますので予めご了承ください。  
 ※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。

## ツアーの流れ



**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、まず五合目でしばらく時間をかけ体を十分に慣らして出発して下さい。それを自分のペースで登って下さい。それを水分はとまめに摂る事が重要です。  
 (雷と風) 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。  
 (積雪と日照) 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に注意して下さい。  
 (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。  
 (下山が一歩づつ) 登りよりも下山の方が足に負担がかかる為気をつけ、関節やつま先が痛くなってとてつづいて下さい。  
 (トイレは有料) 富士山では五合目以降はトイレは全て有料(50円～200円)です。必ず小銭をご用意ください。

## 全コース共通インフォメーション(必ずお読み下さい。)

### 【乗車するバスについて】

往路羽田空港から、富士五合目へ向かう道中、都内を経由となりますのでご了承ください。  
 羽田空港からの富士登山のツアーが催行可能な状況であっても、往復の航空機が天候などの理由で発着できない場合は、ツアーキャンセル扱いとなります。

羽田から富士山への移動は貸切バスでの移動となります。お荷物は、バス車内に置く事ができません。  
 五合目富士急急上にもコインロッカーがございます。貴重品は必ず身につけておくようお願い致します。  
 お帰りは、五合目富士急急上が集合場所となります。バスは定刻に出発いたしますので、時間厳守をお願いします。また、お帰りのバスの時間変更・区間変更・払い戻しは一切できませんのでご注意ください。  
 集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のでご了承ください。

### 【登山中について】

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。  
 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満の割当てでお休み頂く場合がございます。また布団はございますが、入浴はできません。  
 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。  
 当日予定宿泊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注意が必要です。(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。

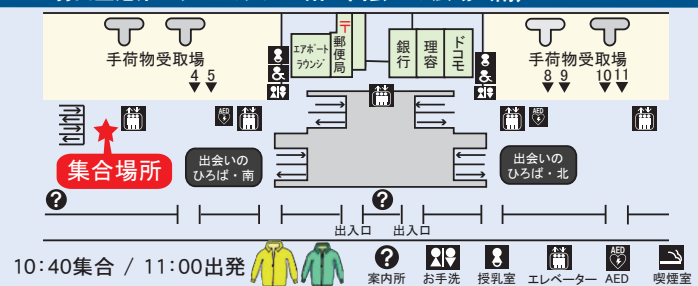
### 【その他】

入浴施設は石和温泉郷の「ホテル慶山」又は「ホテル甲斐路」を利用いたします。選択不可。  
 温泉入浴施設では、フェイスタオル付・貸バスタオル付。  
 レンタル付のお客様はやまどうくレンタル屋受取・五合目返却となります。

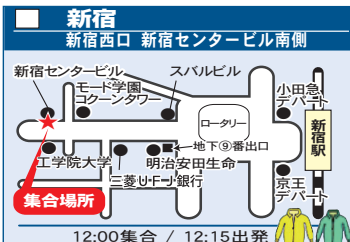
## 集合場所 フジサミットツアーという名前で受付致します。

※受付係員または添乗員が集合場所にてお待ちしております。

### ■羽田空港第1ターミナル1階 出会うの広場(南)



10:40集合 / 11:00出発  
 出発時の緊急連絡先  
 飛行機に乗り遅れた・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** (受付時間 10:10～12:15)



12:00集合 / 12:15出発



11:30集合 / 11:45出発

**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をお願いします。出発時間に万一遅れられる方は前途放棄となり各自にて交通費はお支払い下さい。(ご返金はできません) 下山は全コース河口湖口登山道を利用します。他の登山口に下山された場合は、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。

- ザックは30Lが目安。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。登山の準備を！上下別の型がよい。テックス製がおすすめ。
  - 防寒具** フリースや薄手の上着。厚手のレインズなど風を遮るものも。
  - 軽食類** おにぎりやパン、好きなもの。チョコレートなど。疲労回復時の即効性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必需品!!
  - 防曇剤** 霧や雨で視界が暗くなるのを防ぐ。
  - その他** 時計、タオル、ゴミ持ち帰り用袋、携帯電話、アイスクリーム、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シャツ一枚になってもいいので便利。
- 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オススメ。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。