

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

スケジュール		食事
1	東京(20:30発)⇒新宿(21:00発)⇒首都高・東名・新東名⇒新富士IC⇒花の湯(23:30頃) ＝富嶽温泉「花の湯」にて朝まで仮眠泊(休憩・仮眠スペースあり)[宿泊]	☒ ☒ ☒
2	花の湯(2:00発)＝(富士スバルライン)＝富士山五合目(吉田口)(04:00頃発) 五合目でご来光を見てから出発…(お客様のペースで登山)～山小屋(夕食・仮眠)	☒ ☒ 夕
3	①山小屋(1:30～2:30頃)出発…(約2～3時間)…山頂(御来光・朝食) ②山小屋(八合目で御来光・朝食)(8:00頃)出発…(約2～3時間)…山頂 ～登頂後は、お鉢巡り・郵便局(期間営業)・浅間大社奥宮など各自周遊～ ※①②お客様各自で山小屋を出発します。 お客様のタイミングで吉田ルート下山開始…(約4時間)…五合目(吉田口)富士山五合目(吉田口)(16:00発)＝(富士スバルライン)＝(富士急ハイランド経由)＝花の湯(入浴/18:00～19:00頃)＝新富士IC/新東名・東名・首都高⇒新宿(21:30頃)⇒東京(22:00頃)	お弁当 朝 ☒ ☒

※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。

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途放棄となり各自にて交通費はお支払下さい。(返金はできません) 下山は富士宮口登山道を利用します。他の登山口に下山された場合は、お客様の実費で帰頂頂くようになりますのでご注意ください。



全コース共通インフォメーション(必ずお読み下さい。)

- 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。また現地登山ガイド、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。予めご了承下さい。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願います。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、ご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すので予めご了承ください。お荷物は花の湯にて、荷物お預かりがご利用頂けます。
- 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付けてください。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合でと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。
- 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。
- 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。また、他社ツアーと混雑となる場合がございますので予めご了承ください。
- 3日目の山小屋出発時間はご来光の時間や混雑状況にも、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花の湯受取・返却となります。
- 山小屋指定のプランですが、状況により急遽山小屋が変更になる場合があります。予めご了承ください。

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ご受付致します。

■新宿(最終受付場所)
新宿西口 新宿センタービル南側

21:00出発

■東京(シャトル)
東京駅八重洲中央口 新生銀行前

20:30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 20:30-21:00)

受付場所の目印

黄色または緑色のジャンパーの係員がご案内します。

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。持参を必ず。持参のものをバレーコート型がよい。ゴアテックス製がおすすめ。絶対必要!
- 防寒具** フリースや保温性のあるものにスカーフ、手袋、レインズなど風を遮れるものを。
- 軽食類** おにぎりやパン、好きな飲み物、チョコレート、疲労回復時の即効性のあるエネルギー源として役立つ。
- 飲料水** 500ml 2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。
- 酸素** 一缶あればイザと言う時に助かります。
- 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

服装についてアドバイス

- 帽子** ハット・キャップ型でも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シャツ一枚にしたいので便利。
- 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。靴底がしっかりとったハイカット(くるぶしを被う深い靴)のものがおすすめ。

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くなります。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。

＜下山が一番つらい＞登りよりも下山の方が足に負担がかかる為、足に負担がかかると、関節やつま先が痛くなってとてつらいです。

＜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。