



レベル	高低差	歩行時間	目安	年齢制限
入門	200m程度	4時間以下	ウォーキングシューズでもOK。体力に自信のない方でもご参加いただけるコース。	なし
初級	400~600m程度	4時間程度	人並みに体力があればOK。登山初心者でもご参加いただけるコース。	75歳まで
初中級	800~1200m程度	5~6時間程度	体力には少々自信があり、日頃から山歩きに親しまれている方であればOK。	75歳まで

レベル	高低差	歩行時間	目安	年齢制限
中級	1500m以上	5~6時間程度	高低差も大きく、歩行距離、行動時間の長い、相当の体力を必要とするコース。 ※ツアーに向けてトレーニングをお願いします。	75歳まで
上級	1500m以上	8時間以上	高低差も大きく、歩行距離、行動時間の長い、更に脚力、体力を必要とするコース。日程中、歩行10時間前後の日も含まれる。	72歳まで

# 北海道の自然を楽しむ 北海道山岳ガイド協会 登録ガイドと行く ハイキング・トレッキング 全6コース

**入門 歩行時間 4時間 距離 4km** ツアーコード/JC0002 I

## 1 一面黄色の世界 滝川、菜の花フットパス

日帰り

出発日 **5/24(水)・30(水)** 旅行代金 (大人おひとり様) **14,800円**

道新ビル大通館前 (8:45集合) 9:00発 == ○江部乙菜の花フットパス (見頃の菜の花畑を眺め、丸加高原まで歩きます) == ●滝川ふれ愛の里 たまゆら (入浴) <50分> == JR札幌駅17:00頃 == 道新ビル大通館前17:10頃 ■食事/昼付 (弁当)

見どころ 日本一を誇る菜の花畑を眺めながら丸加高原を目指します。



滝川:菜の花畑

**入門 歩行時間 3時間 距離 9km** ツアーコード/JC0003 I

## 2 新緑のブナの森 黒松内フットパス

日帰り

出発日 **6/2(金)・6(火)** 旅行代金 (大人おひとり様) **15,800円**

道新ビル大通館前 (7:45集合) 8:00発 == ○黒松内フットパス (ブナ林やのどかな農村風景の中を歩きます) == ●黒松内温泉ぶなの森 (入浴) <50分> == JR札幌駅18:00頃 == 道新ビル大通館前18:10頃 ■食事/昼付 (弁当)

見どころ ブナ北限の里・黒松内町で新緑の中を歩きます。



黒松内ブナ林

**初中級 歩行時間 5時間 距離 11km** ツアーコード/JC0004 I

## 3 雨竜沼湿原 ネイチャートレッキング

日帰り

出発日 **7/11(火)・19(水)** 旅行代金 (大人おひとり様) **17,800円**

道新ビル大通館前 (7:15集合) 7:30発 == ○雨竜沼湿原トレッキング (南暑寒荘から雨竜沼湿原を目指します) == ●滝川ふれ愛の里 たまゆら (入浴) <50分> == 道新ビル大通館前18:50頃 == JR札幌駅19:00頃 ■食事/昼付 (弁当)

見どころ 北海道の高層湿原の代表格、雨竜沼を歩きます。



雨竜沼湿原:ソウラン沼

**初級 歩行時間 4時間 距離 6km** ツアーコード/JC0005 I

## 4 チングルマの群生の時期に行く 旭岳・裾合平トレッキング

日帰り

出発日 **7/21(金)・27(木)** 旅行代金 (大人おひとり様) **20,800円**

道新ビル大通館前 (7:45集合) 8:00発 == ○旭岳・裾合平トレッキング (●大雪山旭岳ロープウェイで姿見駅へ。裾合平を往復) == 道新ビル大通館前18:50頃 == JR札幌駅19:00頃 ※姿見の池は行きません ■食事/昼付 (弁当)

見どころ 緩やかな起伏を歩く。雪渓とチングルマの花畑もおおすすめです。



旭岳:裾合平のチングルマ

**初級 歩行時間 4時間 距離 5.5km** ツアーコード/JC0006 I

## 5 高山植物の時期に行く 樽前山登山

日帰り

出発日 **8/1(火)・8(火)** 旅行代金 (大人おひとり様) **16,800円**

道新ビル大通館前 (8:00集合) 8:15発 == ○樽前山登山 (7合目登山口から外輪半周〜お花畑コースを経て下山) == ●恵庭温泉ラフォーレ (入浴) <50分> == 道新ビル大通館前17:50頃 == JR札幌駅18:00頃

見どころ 支笏湖の絶景をはじめ、高山植物タルマエソウ(イワブクロ)が見られる時期です。



樽前山頂と支笏湖

**初級 歩行時間 ①2時間②4時間 距離 ①2km②4.5km** ツアーコード/JC0007 I

## 6 大雪山高原沼めぐりと旭岳紅葉トレッキング

2日間

出発日 **9/27(水)** 旅行代金 (大人おひとり様) 1・2名1室 (同額) **44,800円**

【1日目】道新ビル大通館前 (8:15集合) 8:30発 == ○旭岳・姿見の池ハイキング (●大雪山旭岳ロープウェイで姿見駅へ。姿見の池まで往復します) == 旭川市内16:30頃 [泊] ■食事/朝: X・昼: 弁当・夕: X  
【2日目】旭川市内6:30頃 == ○大雪山高原沼めぐり (登山口より緑沼まで歩きます) ※コースによっては途中で引き返す場合もございます == 道新ビル大通館前17:50頃着 == JR札幌駅18:00頃 ■食事/朝: X・昼: 弁当・夕: X ■宿泊ホテル/1日目 旭川市内: ホテルルートインGrand旭川駅前 洋室利用 (バス・トイレ付き)

見どころ ナナカマドとダケカンバの赤と黄色の紅葉と針葉樹のコントラストは圧巻です。



大雪山高原沼

**共通のご案内**

- 添乗員同行(全行程) ■北海道山岳ガイド協会ガイド同行 ■食事①〜⑤:1昼食付/⑥:1朝食・2昼食付
- 利用バス会社によってバスまたは時計台バスまたは北海道バスまたはスマイル観光バス
- 募集人員/①、②、③は25名様、④⑤は20名様(最少催行人員/15名)
- 日帰りコースはこのパンフレットが最終日程表となります。※当日の緊急連絡先:090-3432-9104

**服装・持ち物**

- 靴:足首までカバーされた防水加工のトレッキングシューズ(長靴、運動靴は不可)。
- 雨具:上下に分かれた防水加工されたもの(ゴアテックス製品など)をご用意ください。
- 服装:登山用の重ね着(ポリエステル等ベースとした速乾性がある下着・長袖シャツ・長ズボン)。
- 持ち物:帽子、防寒具(フリースやインナーダウン)、リュックサック、ザックカバー、雨具、手袋、ティッシュ、水筒、登山用ストック、行動食、保険証

**注意事項**

- 「ハイキング・ある旅」は、お客様の安全管理を最優先いたします。悪天候などでコースに安全上の問題があると判断される場合は、予告なしに行程を変更、中止することがございます。
- ご参加者が、添乗員やガイドの指示に従わない場合や、体調の急変、けが、飲酒等により健康上や安全上の問題が生じた場合は出発前または出発後に旅行契約を解除することがあります。
- 年齢にかかわらず身体的に・技術的に完歩が困難と判断した場合は出発後であっても旅行契約を解除することがあります。
- 日頃のトレーニングに励み、ご自身の体力に合ったコースをお選び下さい。
- 季節の花、紅葉などを観賞するコースでは、気象条件などによりご覧いただけない場合がございます。

**説明会のご案内 予約制**

ツアー企画担当者がコースのポイントや現地事情をご説明致します。参加費は無料です。事前予約の上お気軽にご参加下さい。

日時 **4月26日(水)10:30~11:30**  
会場 **道新プラザDO-BOX**  
(札幌市中央区大通西3丁目 道新ビル1階)

**集合場所**

道新ビル大通館南側  
札幌市中央区大通西3丁目6



集合場所