

陣馬山ハイキング（低山登山）

休日ハイキング同好会

（陣馬高原下～和田峠～陣馬山～一ノ尾尾根～藤野）

担当：落合

6月23日（日）雨天中止

中野島駅前 7:15 集合

< 昼食：お弁当持参を推奨 >

標高差（上り）527mの低山登山です
舗装路をゆっくりと登りますので、
体力的にも楽と思われます

天気が良ければ頂上から富士山を望めます

南武線 京王線	中野島 駅			発	7:22	¥492
	分倍河原	着	7:36	発	7:46	
	北野	着	7:58	発	8:00	
	高尾	着	8:10			
京王線ホームからJR高尾駅北口へ						
西東京 バス	高尾駅北口			発	8:45	¥640
	陣馬高原下	着	9:22			

★左側の「北口通り抜け」改札を使用

¥1,132（IC）

ハイ キ ン グ	陣馬高原下 出発			9:30	男女共用です	標高 328m
	新ハイキングコース入り口		(30分)	10:00		
	休憩		(10分)	10:10		
	和田峠		(60分)	11:10		★ここで「舗装路組」と「登山道組」に分かれます 登山道組は新ハイキングコースを進み 山頂を目指します
	陣馬山 山頂		(40分)	11:50		↑527m (4.5km) 855m
	(昼食)		(50分)	12:40		
	和田第二尾根分岐		(40分)	13:20		一ノ尾尾根コースを歩きます ↓636m
	陣馬登山口バス停		(60分)	14:20		※疲れた方は 14:39 にバスがあります (6.5km)
	藤野駅		(40分)	15:00		219m

中央線 京王線 南武線	藤野			発	15:50	¥734
	高尾	着	16:03	発	16:21	
	分倍河原	着	16:51	発	16:57	
	中野島 駅	着	17:11			

¥734（IC）

- ◇ 山頂に茶屋はありますが、混雑も予想されるため、お弁当持参を推奨します
- ◇ 歩行距離は約11Km（上り：4.5km 下り：6.5km） 標高差は上り：527m、下り：636mです
- ◇ 上りは舗装路が大半です 和田峠からも、まき道でのんびりと頂上を目指します
- ◇ 初夏ですので汗をかくと思います 温度調節出来る服装（重ね着等）が良いです
- ◇ 熱中症対策は重要です 帽子、水筒、タオルをお忘れなく
- ◇ 雨具（折り畳み傘）、虫よけスプレー等も準備されると良いと思います



