



コンセプト【concept】

本コースは、景色を眺めたり、風を感じたり、花々と対話し、ゆっくりと山の楽しさを味わいたい方にお勧めです。例えば、夜行日帰りの設定で歩行時間が6時間以上となるコースをルート上の山小屋に宿泊して「寝不足」の心配がないように登りますので、これから登山を始める方や、体力が心配な方、花や温泉、景色など山の魅力をじっくりと楽しみたい方にオススメの企画です。

POINT ①
安心ルートで設定
比較的危険箇所が少なく安全に登りやすいルートを選定しました。

POINT ②
無理のない歩行時間
1日あたりの歩行時間は5時間程度で、無理の無い長さです。※一部コース除く

POINT ③
歩く速度はゆったり
時間に余裕があるため、ゆっくりしたペースで歩き、写真撮影や景色をじっくりご覧頂けます。

コースNo.
981-001
1泊2日

花咲く千畳敷カールに泊まる「木曾駒ヶ岳」と花の名峰「三ノ沢岳」

予約困難な雲上のホテルが高山植物のベストシーズンにとれました！限定15名様プレミアム企画！

きそこまがだけ・さんのざわだけ／長野

百名山

おすすめPOINT 標高2,600mに建つ「ホテル千畳敷」は日の出や星空、高山植物など様々な自然風景が見られる人気のホテルです。夕食は懐石料理、大浴場も完備しており高所にいることを忘れてしまうほどの快適さを誇ります。高山植物の見頃に設定、遮る物の無い稜線を歩き、中央・南アルプスの絶景をお楽しみ下さい。



駒ヶ根夜景イメージ



千畳敷カールイメージ

8/7(火) 15名様限定

39,800円

新コース

- 1 中条(4:00)＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝上越＝菅の台＝(専用車)＝しらび平駅＋＋(ロープウェイ)＋＋＋千畳敷駅・・・乗越浄土・・・木曾駒ヶ岳(2,956m／折り返し)・・・ホテル千畳敷(泊)
- 2 ホテル・・・極楽平・・・三ノ沢岳(2,847m／折り返し)・・・千畳敷駅＋＋＋(ロープウェイ)＋＋＋しらび平駅＝(専用車)＝菅の台＝上越(19:30)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条

レベル2
歩 4時間
一
弁
夕

レベル2
歩 4.5時間
朝
昼
一

【宿泊】ホテル千畳敷(和) 男女別相部屋

画像提供：中央アルプス観光株式会社

客室イメージ

夕食イメージ

ココもおすすめ！三ノ沢岳：直登するルートがないため、登山者が少なく、お花の宝庫となっています。途中の鞍部はハクサンイチゲ、ハクサンフウロなどが美しいお花畑を展開する大群落地帯です。山頂付近では貴重なコマウスユキソウの群落が見られます。あまり知られていませんが、一度は訪ねて頂きたい一帯です。

コースNo.
947-002
1泊2日

雲上湖とコマクサの群落「木曾御嶽山」縦走

きそおんたけさん／長野

百名山

おすすめPOINT 登りはロープウェイ利用で、歩行時間を短縮、宿泊する五ノ池小屋は雲上湖「五ノ池」、夕日や朝日などが見られる人気の小屋です。2000年に再建されたばかりで、清潔感があり設備も新しく快適です。翌日は稜線に点在する神秘的雲上湖を巡り、1000株を超えるコマクサが一面に咲く「コマクサの群落」にもご案内致します。コマクサ群落イメージ



五ノ池と五ノ池小屋イメージ

8/4(土)

30,800円

新コース

- 1 中条(4:00)＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝上越＝鹿ノ瀬駅＋＋＋(ロープウェイ)＋＋＋飯森駅・・・女人堂・・・三ノ池・・・五ノ池小屋(泊)
- 2 小屋(1000株を超えるコマクサの群落を見学)・・・摩利支点天乗越・・・二ノ池・・・剣ヶ峰(3,067m／御嶽山最高峰)・・・王滝奥の院・・・(王竜登山道)・・・田の原登山口＝上越(19:15)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条

レベル2
歩 3.5時間
一
弁
夕

レベル2.5
歩 5時間
朝
弁
一



小屋からの遠景イメージ

夕日イメージ

コースNo.
993-001
1泊2日

乳頭温泉郷「鶴の湯」に泊まる、花の「秋田駒ヶ岳」と「抱返溪谷」

コマクサの群落で有名な「大焼砂」にもご案内！

あきたこまがだけ・だきかえりけいこく／秋田

おすすめPOINT 宿泊は4つの異なる源泉を持ち、白濁した露天風呂が全国的に有名な「乳頭温泉郷・鶴の湯」。早めに到着し山間の秘湯をゆっくりとお楽しみ頂けます。山の幸を用いた夕食も大好評です。全国屈指の花の百名山「秋田駒ヶ岳」をベストシーズンに訪ねます。圧倒的な規模で一面に咲くコマクサやチングルマの大群落が見られるスポットにもご案内！



コマクサ群落イメージ

7/11(水)

32,800円

新コース

- 1 柏崎(4:40)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条＝村上＝抱返溪谷(森林浴をしながら溪谷沿いを「回顧の滝」までハイキング)＝乳頭温泉郷(泊)＊宿入り後、希望者は「乳頭温泉郷湯巡り」にご案内！
- 2 旅館＝8合目登山口・・・(片倉岳コース)・・・阿弥陀池・・・男女岳(1,637m／折り返し)・・・(馬場ノ小路・大焼砂、他に類を見ないチングルマとコマクサの群落)・・・横岳・・・焼森・・・8合目登山口＝村上(20:15)＝中条＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝柏崎

レベル2
歩 4.5時間
一
弁
夕

レベル2
歩 4.5時間
弁
弁
一



乳頭温泉郷 十和田・八幡平国立公園 乳頭山麓に点在する「乳頭温泉郷」は、十種類以上の源泉があります。新潟から遠く、訪れることが難しい乳頭温泉郷を代表する四湯を巡る「乳頭温泉郷湯巡り」を設定しました。

【乳頭温泉郷湯巡り】お好きな温泉(1カ所)でご入浴をお楽しみ下さい。入浴施設での滞在時間は各1時間の予定です。時間になりましたらバスでお迎えに上がります。
【湯巡りコース：蟹場＝大釜＝孫六＝黒湯】※初日、現地への到着が遅れた場合、「乳頭温泉郷湯巡り」にご案内できない場合があります。※入浴代は各自様負担になります。

コースNo. **898-001** 全国愛宕神社の総本社が鎮座する信仰の山! **京都愛宕山(924m)と桜に彩られた嵐山ウォーキング**
1泊2日

おすすめPOINT 嵐山の北西にある愛宕山。登りは杉の巨木の並木や社、京都市街の景色が見られる表参道を歩き「愛宕神社」を目指します。下りは天台宗の趣のある山岳寺院「月輪寺」を経由するコースを利用。歴史に満ちた参道を現地ガイドがご案内致します。



4/7(土) 1名様1室 **25,800円**

- | | |
|---|--------------------------------|
| 1 中条(5:30) = 新発田 = 新潟 = 三条 = 長岡 = 上越 = 嵐山・嵯峨野(嵐山のシンボル渡月橋や桜の名所・天龍寺、今話題の平清盛ゆかりの寺・祇王寺など自由見学) = 京都市内(泊) | 一
弁
一 |
| 2 ホテル = 清滝・・・大杉社・・・水尾分岐・・・黒門・・・愛宕山・・・月輪寺・・・林道出合・・・清滝 = 上越(20:00) = 長岡 = 三条 = 新潟 = 新発田 = 中条 | レベル2
歩 4.5時間
一
弁
一 |

【宿泊】京都市内：R&Bホテル京都駅八条口(洋)又は同等クラス

コースNo. **936-002** **アズマシャクナゲの名所に宿泊「甲武信岳」**
1泊2日

おすすめPOINT アズマシャクナゲの群生地として有名な十文字小屋に宿泊することで、初日の歩行時間を抑え、ゆっくりとシャクナゲをお楽しみいただけます。2日目は深い苔に覆われた幻想的な林床を歩き、甲武信岳下山後は「信濃川の源流」や「美しい渓谷」を見られるコースを通ります。



6/9(土) **28,800円**

- | | |
|--|--------------------------------|
| 1 中条(5:30) = 新発田 = 新潟 = 三条 = 長岡 = 上越 = 毛木平・・・一里観音・・・五里観音・・・十文字小屋(泊)
*山小屋到着後、付近に群生するシャクナゲの見学やご希望のお客様は十文字山へご案内致します。 | レベル2
歩 2時間
一
弁
夕 |
| 2 小屋・・・三宝山・・・甲武信岳(2475m)・・・信濃川源流・・・滑滝・・・毛木平 = 上越(19:45) = 長岡 = 三条 = 新潟 = 新発田 = 中条 | レベル2.5
歩 6時間
朝
弁
一 |

【宿泊】十文字小屋

ゆったり温泉宿泊プラン

雄大な山々に抱かれた山上の温泉や山麓の名湯に宿泊、お湯や食事、景色など、それぞれの宿ならではの魅力をゆっくりとお楽しみ下さい。



温泉イメージ 奥日光高原ホテル

コースNo. **860-004** **奥日光の名湯と名峰を巡る「日光白根山・男体山」縦走**
1泊2日

おすすめPOINT 日光白根山はロープウェイ利用で歩く時間を短縮。雲上の湖「五色沼」も見られるオススメコースです。宿泊は1200年の歴史を持つ、奥日光湯元温泉。源泉掛け流しのお湯につかりおくるぎ下さい。男体山山頂からは中禅寺湖や日光連山の雄大な景色が広がります。

6/23(土) **29,800円** <<新コース

- | | |
|--|--------------------------------|
| 1 中条(4:00) = 新発田 = 新潟 = 三条 = 長岡 = 丸沼高原ゴンドラ + 山頂駅(ロックガーデン見学、コマクサ・シラネアオイの群落が見頃)・・・日光白根山(2,578m)・・・座禅山・・・金精山・・・金精峠登山口 = 奥日光湯元温泉(泊) *源泉掛け流しの露天風呂が自慢! | レベル2.5
歩 5時間
一
弁
夕 |
| 2 ホテル = 二荒山神社前登山口・・・男体山(2,486m)・・・志津峠・・・飯場跡・・・光徳登山口 = 長岡(20:15) = 三条 = 新潟 = 新発田 = 中条 | レベル3
歩 7.5時間
一
弁
一 |

【宿泊】奥日光湯元温泉：奥日光高原ホテル(和) (男女別相部屋)

コースNo. **850-001** **「鱒ヶ沢温泉」に泊まる「岩木山」と世界遺産「白神山地」**
1泊2日

おすすめPOINT 世界遺産白神山地は現地ガイドの案内で白神山地を代表するブナ林の景色の中を歩きながら、青池をはじめ点在する池を巡ります。宿泊は料理と源泉掛け流しの温泉が自慢の宿に宿泊。岩木山は固有種「ミチノクコザクラ」のベストシーズン、群落が見られるおすすめのスポットにもご案内致します。

7/7(土) **28,800円** <<新コース

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 柏崎(4:40) = 長岡 = 三条 = 新潟 = 新発田 = 中条 = 村上 = 白神山地・十二湖ハイキング(現地ガイドと約2時間、青池や王池、ブナ林をハイキング) = 鱒ヶ沢温泉(泊) | レベル1
歩 2時間
一
弁
夕 |
| 2 ホテル = 岩木山八合目 +++ (リフト) +++ 鳥ノ海(九合目)・・・岩木山(1,625m)・・・種蒔苗代(岩木山の固有種ミチノクコザクラの群生)・・・鳥ノ海(九合目) +++ (リフト) +++ 岩木山八合目 = 村上(20:30) = 中条 = 新発田 = 新潟 = 三条 = 長岡 = 柏崎 | レベル2
歩 2時間
朝
弁
一 |

【宿泊】鱒ヶ沢温泉：ホテル山海荘(和) (男女別相部屋)

コースNo. **982-001** **雲上の雷鳥温泉に泊まる「天狗平ハイク」と「立山」縦走**
1泊2日

おすすめPOINT 初日は高山植物や火山活動の名残を感じる「地獄谷」など、立山の魅力が感じられるコースです。宿泊は雷鳥温泉、24時間入浴可能な展望風呂で雲上の湯浴みをお楽しみ下さい。翌日は立山を縦走、稜線からは黒部湖や後立山連峰の眺望が望めます。

7/28(土) **高山植物見頃** **29,800円** <<新コース

- | | |
|---|--------------------------------|
| 1 中条(5:30) = 新発田 = 新潟 = 三条 = 長岡 = 上越 = 称名の滝(車窓) = 天狗平・・・天狗平水平歩道ハイキング(剣岳、地獄谷の景色やお花畑が見られるコース)・・・雷鳥荘(泊) | レベル1.5
歩 2時間
一
弁
夕 |
| 2 小屋・・・富士の折立・・・大汝山(3,015m)・・・雄山・・・一ノ越山荘・・・室堂ターミナル(1時間自由散策、日本最高所の「みくりが池温泉」入浴(各自負担)やお土産のお買い物) = 上越(20:00) = 長岡 = 三条 = 新潟 = 新発田 = 中条 | レベル3
歩 5.5時間
朝
弁
一 |

【宿泊】雷鳥荘 男女別相部屋 *個室を希望される方はお問い合わせ下さい。

楽こ「Yama」旅

名所あるき

日帰り

ゆったり

富士山

花博士・山田さん

花の山旅

リラックス

日本百名山

海外

ゆったり登山

ゆとりあるプランでじっくり山を楽しむ

コースNo. 910-008 ニッコウキスゲ咲く尾瀬に泊まる 「尾瀬ヶ原ハイク」と花の名峰「至仏山」

おぜがはら・しぶつさん／群馬 〰〰百名山

おすすめPOINT 至仏山荘スタッフの方がおすすめ、ニッコウキスゲの見頃に設定！尾瀬ヶ原ハイキングでは逆さ薙が見られる「牛首」や様々なお花が楽しめる「植物研究見本園」にご案内します。宿泊は尾瀬ヶ原に建つ山荘、夕暮れ、星空、日の出は宿泊者だけが見られる特別な景色です。



ニッコウキスゲ群落イタダシ

7/14(土) 29,800円【宿泊】至仏山荘

1	中条(5:30)＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝鳩待峠・・・至仏山荘(昼食)・・・尾瀬ヶ原ハイキングへご案内(約2.5時間かけて「牛首」や「ビジターセンター」など、名所を見学)・・・至仏山荘(泊)	レベル1.5 歩 3時間	一 層 夕
2	山荘・・・至仏山(2228m)・・・小至仏山・・・オヤマ沢田代・・・鳩待峠＝長岡(19:15)＝三条＝新潟＝新発田＝中条	レベル2.5 歩 5時間	朝 弁 一

コースNo. 960-002 花と景色を愉しむ、 南アルプスの女王「仙丈ヶ岳」

せんじょうがたけ／長野・山梨 〰〰百名山

おすすめPOINT 仙丈ヶ岳は女性的な山容で、夏には多くの高山植物が咲き誇ることから、「南アルプス」の女王と呼ばれています。歩きやすい登山道、柔らかな曲線を描くカール、高山植物の彩り、山頂からの眺望ととても魅力のある山です。お泊りは、仙丈ヶ岳のカールの様子を眺めることができるロケーションの良い場所です。



仙丈ヶ岳イタダシ

8/4(土) 18名様限定 31,800円【宿泊】仙丈小屋

1	中条(3:00)＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝上越＝仙流荘＝(市営バス)＝大平山荘・・・滝見台・・・藪沢分岐・・・馬ノ背分岐・・・仙丈小屋(泊)	レベル2 歩 4時間	一 弁 夕
2	仙丈小屋・・・仙丈ヶ岳(3033m)・・・小仙丈ヶ岳・・・大滝頭・・・北沢峠＝(市営バス)＝仙流荘＝上越(18:30)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条	レベル2 歩 3.5時間	朝 弁 一

コースNo. 926-003 現地ガイドと歩いて巡る 花と歴史が息づく「出羽三山」

でわさんざん／山形 〰〰百名山

おすすめPOINT 海外でも高く評価され、近年パワースポットとして注目を浴びる羽黒山を歴史や信仰のお話を交えながら約3時間現地ガイドの案内で巡ります。宿泊する仏生池小屋の周りではこの時期様々なお花が咲き、一帯にお花畑を作ります。ご来光や鳥海山の眺望も楽しめる山小屋です。翌日は、多くの花が楽しめるコースを通して、湯殿山神社を目指します。

8/4(土) 27,800円【宿泊】仏生池小屋 **新コース**

1	柏崎(4:40)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条＝村上＝随神門・・・五重塔・・・(杉並木・石段)・・・羽黒山三神合祭殿(宿坊で精進料理の昼食)・・・(當ての月山登拝道)・・・峰中堂(バス乗車)＝月山8合目・・・仏生池小屋(泊)	レベル2 歩 3.5時間	一 層 夕
2	小屋(天気が良ければ美しいご来光が望めます)・・・月山神社(1984m／神社にてご祈禱体験・料金込み)・・・牛首・・・金姥・・・施薬小屋・・・湯殿山神社・・・湯殿山籠所＝村上(17:00)＝中条＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝柏崎	レベル2 歩 3時間	朝 弁 一



月山山頂イメージ 撮影 桶田裕也



ハクサンツバク 撮影 桶田裕也



ツシドウ 撮影 桶田裕也



ニッコウキスゲ 撮影 桶田裕也

コースNo. 910-009 高山植物と剣岳の絶景「唐松岳・五竜岳」縦走

からまつだけ・ごりゅうだけ／長野・富山 〰〰百名山

おすすめPOINT ゆとりある3日間の日程で憧れの「後立山」の明主2峰を縦走します。初日に登る八方尾根は多くの花が見られることで有名です。唐松岳から五竜岳を結ぶ稜線からは黒部湖や剣岳・立山の雄大な景色が望めます。3日目は様々な高山植物が楽しめる、高山植物園に立ち寄ります。

8/10(金) 47,800円【宿泊】唐松岳頂上山荘、五竜山荘 **新コース**

1	中条(4:00)＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝上越＝八方尾根スキー場++++(ゴンドラ・リフト)++++八方池山荘・・・第三ケルン・・・丸山ケルン・・・唐松岳頂上山荘(泊)	レベル2.5 歩 3.5時間	一 弁 夕
2	山荘・・・唐松岳(2696m)・・・山荘・・・大黒岳・・・五竜山荘(昼食・荷物をおいて山頂へ)・・・五竜岳(2814m／折り返し)・・・五竜山荘(泊)	レベル2.5 歩 5時間	朝 屋 夕
3	山荘・・・(遠見尾根)・・・地蔵の頭・・・白馬五竜高山植物園(様々な高山植物がみられる植物園)・・・アルプス平++++(ロープウェイ)++++山麓駅＝上越(16:00)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条	レベル2.5 歩 4時間	朝 屋 一



八方池イタダシ

コースNo. 974-001 立山連峰の絶景を望むなだらかな稜線散歩「鹿島槍ヶ岳・爺ヶ岳」縦走

かしまやりがたけ・じいがたけ／長野・富山 〰〰百名山

おすすめPOINT なだらかで歩きやすいことから「北アルプス入門コース」として知られるコースを3日間かけてゆっくりとご案内します。立山や剣岳、黒部湖が見られる縦走路を辿り双耳峰の山容で知られる後立山の盟主「鹿島槍ヶ岳」を目指します。

7/14(土) 3連休 44,800円【宿泊】種池山荘、冷池山荘

1	中条(4:00)＝新発田＝新潟＝三条＝長岡＝上越＝もみじ坂登山口・・・(柏原新道)・・・種池山荘(泊)	レベル2.5 歩 4時間	一 弁 夕
2	山荘・・・爺ヶ岳(2670m)・・・冷池山荘・・・鹿島槍ヶ岳・南峰(2889m／折り返し)・・・冷池山荘(泊)	レベル2.5 歩 5.5時間	朝 弁 夕
3	山荘・・・(赤岩尾根)・・・大谷原登山口＝上越(14:30)＝長岡＝三条＝新潟＝新発田＝中条	レベル2.5 歩 4時間	朝 屋 一



鹿島槍ヶ岳イタダシ 撮影 坂上映太