#### 森林インストラクターが案内するリフレッシュハイキングのお知らせ



# 「春の高尾山を歩く健康ハイキング」



~新緑を訪ねて高尾山の渓流を歩く~

### 開催日 令和 6 年 5 月 29 日 (水) (予備日) 5 月 31 日 (金) \*小雨決行

**(1)集合** 時間:午前9時30分 場所:京王高尾線高尾山口駅

(2)解散 時間:午後2時30分(予定) 場所:ケーブル高尾山駅

(3)費用 1人500円(保険代含む)\*当日持参

(4) 定員 30名(多数抽選)

(5)対象 調布市在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)

(6) 持ち物 弁当,飲み物,手袋(軍手等),雨具,健康保険証,筆記用具, あれば双眼鏡またはルーペを持参 ※山を歩ける服装・靴でお越しください。

#### (7) ルート

【 登り往路 】約 3.8 K m

高尾山口駅(トイレ)〜TAKAO599MUSEUM(開会式)〜 登山道 6 号路入口 〜琵琶滝(5 分休憩)〜 大山橋 〜 高尾山山頂直下トイレ 〜 紅葉台(昼食) ペコースタイム» 高尾山口〜紅葉台・・・2 時間

#### 【 **下り復路** 】約 1.5 K m

紅葉台 ~ 高尾山頂 (599m) ~ ケーブル高尾山駅近く広場 (閉会式) ~ ケーブル高尾山駅 (解散)

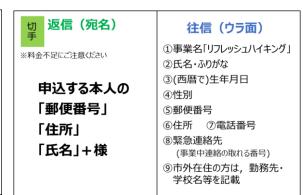
«コースタイム» 紅葉台~ケーブル高尾山駅近く広場・・・1 時間 30 分



- (8) 雨天時 前日の午後6時までに決定いたしますのでお問合わせください。
- (9) 申込方法 往復はがきまたは、スポーツ協会ホームページより申込み

【はがき記載内容】

返信(ウラ面)
*
無記
X



(10) 申込期間 令和6年4月20日(土)~4月30日(火) 必着

**(11) 申込先** 〒182-0011 調布市深大寺北町 2-1-65 調布市総合体育館内

(公社) 調布市スポーツ協会「リフレッシュハイキング係」

## 問合せ電話番号 042-481-6221



主催 公益社団法人調布市スポーツ協会/協力 森林インストラクター東京会