

7月18日(土)・19日(日)

・23日(祝)・24日(祝)・25日(土)・26日(日)

■ スタート駅/高山線 高山駅 ■コース距離/約2km ■所要時間/約1時間10分 ■スタート受付時間/8:30～11:30
(コースマップ配布)

※高山駅ではなどの交通系ICカードはご利用になれません。あらかじめきっぷをご購入ください。

スタート

高山駅

バス(有料)

約1時間30分

乗鞍畳平

0.5 km

魔王岳

0.5 km

乗鞍畳平

0.2 km

お花畑

0.8 km

ゴール

銀嶺荘

バス(有料)

約1時間30分

高山駅

※当コースには矢印看板の設置はありません。
コースマップに沿ってお歩きください。

※当コースではスタート受付・ゴール受付を設置していません。参加される方は、高山駅にてコースマップをお受け取りください。

※コース距離・所要時間にバス移動は含まれておりません。

→  〈行き〉高山駅より	
高山駅(発)	乗鞍畳平(着)
10:40	12:10頃
11:40	13:40頃

※バス(往復4,800円)

※「ほおのき平」でお乗り換えください。

●「高山駅～乗鞍畳平」のバスは表記以外時刻にも運行がございます。詳しくは、濃飛バスホームページの時刻表をご覧ください。

(帰り)高山駅へ →	
乗鞍畳平(発)	高山駅(着)
13:50	15:30頃
14:50	16:30頃
15:50	17:30頃

※バス(往復4,800円)

※「ほおのき平」でお乗り換えください。



お花畑

乗鞍バスターミナル

8:00~17:00

- 臨時診療所(9:00~16:00)
- 有料トイレあり(100円)

乘鞍本宮遥拝所

●御朱印あり

〈高山駅より(スタート)〉
乗鞍畳平
標高2,702m

〈ゴール〉
銀嶺荘

8:30~16:30

●有料トイレあり(100円)
※当コースマップで提示で無料

乘鞍山頂簡易郵便局

9:00~16:00

●記念スタンプあり

至 飛驒高山・平湯

※イラストはイメージです。※季節の花・風景・イベントなどは気象状況等によりご覧いただけない場合があります。

お問合せ

JR東海テレフォンセンター ☎050-3772-3910 (6:00~24:00 年中無休)

悪天候などで開催を中止する場合があります。開催の可否については、JR東海テレフォンセンターで開催当日の朝6時からお問合せを承ります。

※このコースマップの情報は2020年6月1日現在のもので、掲載のコース内容等は変更になる場合があります。
※記載の料金や営業時間は施設等の都合により変更される場合があります。

JR東海ホームページ <https://walking.jr-central.co.jp/>

さわやかトレッキング参加前の準備

ご自身の体調・健康状態に合わせて参加を判断してください。必要な装備・携行品をご持参ください。

「乗鞍天空トレッキング」に必要な装備・携行品		
服装	・防寒着…天候変化により気温が低くなります。 フリース、セーター、ジャンパー等をご用意ください。	カバン
	・靴下……アウトドア用の厚手のものが望ましく、予備もご用意ください。	雨具
	・靴……トレッキングシューズや靴底の厚みのあるスニーカー等でご参加ください。 (ヒール靴・サンダルでのご参加はご遠慮ください)	その他

リュックサック等、両手が自由になるカバンをご用意ください。
山の天気は変わりやすく、突如の雨も予想されます。
上下別の雨カッパをお持ち下さい。
日焼け止め・帽子・サングラス・絆創膏・虫よけスプレー等も
必要に応じてお持ちください。

参加に関するお願い及び注意事項

●参加方法について

- 参加される方は、高山駅にてコースマップを受け取り、コースマップに沿ってお歩きください。
※当コースではスタート受付・ゴール受付を設置していません。※当コースには矢印看板の設置はありません。
- 「高山駅～乗鞍畳平」はバスでの移動となります。(所要時間 約1時間30分)(行き帰りとも「ほおのき平」でお乗り換えください。)
交通費【濃飛バス(高山～乗鞍畳平)往復】…おとな4,800円、こども2,400円
※「飛騨路フリーきっぷ」(レール&バスコース)の「濃飛バス引換券」は、コース開催日に限り
「高山駅～乗鞍畳平のバス往復乗車券」にお引換が可能です。
「濃飛バス引換券」を「高山駅～乗鞍畳平のバス往復乗車券」に引換えた場合、他のバス乗車券への引換えはできなくなります。

●緊急連絡先

- ※乗鞍自然環境案内所(お問合せ☎090-8671-3191)
- ※岐阜県公式ホームページより、「新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた登山について」をご確認ください。
感染者の発生状況に応じた対応方法を示したメールを送信するシステム「岐阜県感染警戒QRシステム」の
ご活用をお願いします。(岐阜県からのお願い)



特典 ※内容は変更になる場合があります。

●銀嶺荘※にて／13:00～15:30

◎「乗鞍天空トレッキング踏破証明書」プレゼント

同証明書書を2020年9月～12月コースのゴール受付で提示頂きますと、
「参加証明スタンプ」を通常押印数に加えもう1個プレゼント(お一人様1個限り)
(当該コースを、同日中や別日に複数回踏破されても「乗鞍天空トレッキング踏破証明書」のお渡しはお一人様1枚限り)

◎参加者プレゼント

銀嶺荘1階売店カウンターにて／参加者全員に「コーヒーサービス券(500円→200円)」プレゼント(お一人様1枚限り)
※銀嶺荘(お問合せ☎080-6926-3145)旅館スタイルの宿泊施設 飛騨牛がメインの「自転車定食」やオリジナル越冬酒「白雲」をお楽しみください。

●乗鞍畳平にて／(バス降車時 12:10～)

◎参加者プレゼント

- 乗鞍マップ、お花畑図鑑(各日先着150名様)、乗鞍特製さるぼぼ(各日先着30名様)【提供:岐阜県】
- 特製日本手ぬぐい(各日先着30名様)【提供:濃飛バス】
- 飛騨紅茶(各日先着30名様)【提供:高山市・飛騨高山観光客誘致推進協議会】
- (それぞれお一人様1個限り。※なくなり次第終了 ※当コースマップをご提示ください。)

東海道線・高山線

	名古屋 (発)	岐阜 (発)	美濃太田 (発)	高山 (着)
普通	6:23	6:49(着) (高山線に乗り換え)	6:53	7:31
特急ひだ1号	7:45	8:05	8:27	10:16
特急ひだ3号	8:43	9:03	9:23	10:56

※特急列車のご利用には、乗車券の他に特急券が必要です。

新型コロナウイルス感染防止のため、ご協力をお願いいたします。

- 咳・発熱・倦怠感など体調がすぐれない場合はご参加をご遠慮ください。
- マスク等を着用し、また、咳エチケットをお守りください。
(トレッキング中は必要に応じてマスクの着脱をお願いします。)
- こまめに手洗い及び手指消毒をしてください。
(高山駅、濃飛バス車内に消毒液を設置しています。)
- トレッキング途中は、他の参加者との間隔を確保してください。

(美濃太田・名古屋方面)		高山駅発車時刻表		(飛騨古川方面)	
発車時刻	時間	発車時刻	時間	発車時刻	時間
40 ^名	49 ^美	14	34 ^古		
	38 ^{名・板}	15	12 ^美		
36 ^名	42 ^美	16	07 ^美	44 ^古	
		17	19 ^美	51 ^美	
47 ^名	53 ^美	18			

●…特急ひだ号
(特急列車のご利用には、乗車券の他に特急券が必要です。)
美…美濃太田行
名…名古屋行
板…大板行
記事
●…特急ひだ号
(特急列車のご利用には、乗車券の他に特急券が必要です。)
古…飛騨古川行
猪…猪谷行
富…富山行

JR東海の運行情報は、「JR東海公式 運行情報 Twitter」でご確認ください。

さわやかウォーキングは地元の方々の協力で成り立っているイベントです。 交通ルール、ウォーキングのマナーを守ってください。

- 私有地への無断立ち入り、歩きながらの喫煙や飲酒はおやめください。
- ゴミは各自でお持ち帰りください。●横に広がって歩かないでください。
- 草花や木の美などを取らないでください。
- スマートフォンや携帯電話を使用しながらのウォーキングは大変危険ですのでおやめください。

交通ルール・マナーを守っていただけない場合や係員の指示に従っていただけない場合などは、参加者とみなされ、参加証明スタンプの押印および次回以降の参加をお断りすることがありますのであらかじめご了承ください。

さわやかトレッキングにご参加のお客様へ

さわやかトレッキング専用の駐車場はありません。JRをご利用ください。

- 列車・バス・船等の交通費やコース途中で入る施設の入場料・飲食費等の実費は各自でお支払いください。
- 記載のコース距離、所要時間はあくまで目安であり、所要時間には休憩時間や各施設の見学時間等は含まれません。ご自身の体力や体調等を考慮し、余裕をもってご参加ください。
- コース、各施設には段差、階段、未舗装の箇所がありますので、あらかじめご了承ください。
- 参加中の負傷や参加者が他に与えた損害等については、当社は一切責任を負いません。
- 雨や強風、霧等の天候により急遽コースを変更・中止する場合があります。
スタッフの指示に従ってください。
- トレッキングコースに沿ってお楽しみください。
無暗に小道や脇道に入るなどすれば遭難の恐れがあります。
- 【高山病に注意】十分な睡眠をとり、体調を整えてご参加ください。
また当日は、こまめな水分補給を行い、アルコールや睡眠薬の服用を避け、体調に異変を感じたら無理をしないようお願いいたします。既往症をお持ちの方は、高山病と併発して症状が悪化する恐れがあるため、医師にご相談の上ご参加ください。