

2022
9/18・19
(日) (月・祝)

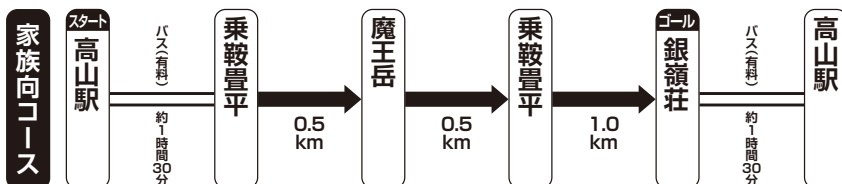
乗鞍天空トレッキング

■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(コースマップ配布)/8:30~11:30 ■ゴール受付時間/10:00~15:00

【案内看板はございません】※このコースでは、途中で案内看板の設置はございません。当コースマップを参考にお進みください。

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



※コース距離・所要時間にバス移動は含まれておりません。

コース運営に関する注意事項

※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。

※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。

賞品交換はいたしません

※ゴール受付はありますが、賞品のお引換え・発送手続きはいたしません。

→ 行き 高山駅より

高山駅(発)	乗鞍畳平(着)
8:40	10:10頃
・毎時40分発	

※バス(往復 おとな4,800円、小学生2,400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。

https://www.nouhibus.co.jp/route_bus/norikura-line/

← 帰り 高山駅へ

乗鞍畳平(発)	高山駅(着)
10:20	12:31頃
・毎時20分と50分(11時20分はなし) 降雨の場合は毎時50分	



Wポイント 新幹線と特急・急行列車で行くさわやかウォーキング

新幹線、特急・急行列車に乗って参加すると追加で参加ポイント10ptプレゼント

※これまでの参加カード(スタンプカード)をご利用の方には、参加証明半券をもう1個プレゼント。

ゴール受付にて、新幹線もしくは在来線特急・急行列車を利用して参加された方と分かるものをご提示ください。(JR東海以外の鉄道会社様のみご利用の方は対象外です)
例)行きもしくは帰りのきっぷ、ICご利用票等
※開催当日にご提示の場合に限りです。

B特典 ボーナス特典コース

通常参加ポイント10pt付与のところ
当コースでは15pt付与します

※各ボーナス特典はWEBアプリ会員の方のみ対象。
これまでの参加カード(スタンプカード)をご利用の方は対象外

熱中症にご注意ください!

- スポーツドリンクなど、水分・塩分を定期的にとりましょう。
- 日陰や風通しのよいところで定期的に休憩をとりましょう。
- 服装は速乾性・通気性のよいものにし、帽子を着用しましょう。



※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。

東海道線・高山線				
	名古屋(発)	岐阜(発)	美濃太田(発)	高山(着)
普通	6:10	6:35(着) (高山線に乗り換え)→6:52	7:30	10:05
特急ひだ1号	7:43	8:05	8:27	10:16
特急ひだ3号	8:43	9:03	9:23	10:58

※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	時間	発車時刻	時間	時間
42分	51分	14	35分	14	35分
33分	33分	15	15分	15	15分
34分	40分	16	02分	57分	57分
48分	54分	17	18分	51分	51分
48分	54分	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。)

美濃太田行 名古屋行 大板行

●…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。)

古川行 猪谷行 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。

詳しい情報は裏面をご覧ください。

※このコースマップの情報は2022年8月1日現在のものです。
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/>

当日配布のコースマップには「参加カード
(スタンプカード)貼付用参加証明半券」が付きま

※当コースマップをお持ち帰りいただき、点線に合わせて切り取り、「参加カード(スタンプカード)」に貼り付けてください。(1コース一枚限り)

乗鞍 天空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および注意事項

●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、小学生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

- ※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拡大防止対策のお願い」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】

お得なきっぷのご案内

飛騨路フリーきっぷ(レール&バスコース)の「濃飛バス乗車券」引換券は、9/18(日)、9/19(月・祝)に限り、「高山駅～乗鞍畳平のバス往復乗車券」にお引換えが可能です。

特急列車でラクラク!

特急「ひだ」号
往復普通車指定席
(指定席は片道あたり1列車限り)

特急乗車券 JR線フリー区間

バスがタクシーを選び、色々な観光地をめぐる

レール&バスコース **or** **レール&タクシーコース**

「濃飛バス乗車券」引換券
①・②・③のいずれか一つと引き換えが可能

①白川郷線バス往復乗車券
②高山&新穂高フリー乗車券
③9/18(日)・9/19(月・祝)に限り、高山駅～乗鞍畳平のバス往復乗車券

「タクシー乗車券」引換券
6,000円分
※複数人用をお求めの場合でも、ご利用人数に関わらずグループあたり6,000円分となります。

エリア内を自由に乗り降り

JR線フリー区間乗車券
普通車自由席
飛騨金山～飛騨古川

観光施設割引 「飛騨路フリーきっぷ」の「かえり」券のご提示で、対象施設の入場料等が割引になります。

※「濃飛バス乗車券」、「タクシー乗車券」の引き換え場所やご利用にあたっての詳細についてはJR東海のHP(<https://railway.jr-central.co.jp/tickets/index.html>)をご覧ください。

レール&バスコース おねだん[往復](おとな・子ども同額)名古屋(市内)発				
1人用	2人用	3人用	4人用	
12,370円	18,660円	24,950円	31,240円	
※名古屋(市内)以外の駅発の設定もございます。おねだんは出発駅によって異なります。 ※2人用～4人用は、グループ全員が同一行動(改札の入出場含む)でご利用になる場合に限り発売します。				
レール&タクシーコース おねだん[往復](おとな・子ども同額)名古屋(市内)発				
1人用	2人用	3人用	4人用	
12,120円	18,400円	23,640円	26,790円	
ご利用・発売期間	通年 ※ただし、きっぷの有効期限内であっても、4月27日～5月6日、8月10日～8月19日、12月28日～翌年1月6日の間はご利用になれません。			
有効期間	3日間 ※有効期間が上記のご利用にできない期間にかかる場合でも、有効期間の延長は行いません。			
販売箇所	このきっぷの出発駅及び周辺の「JRの主な駅及び主な旅行会社の支店・営業所」			

さわやかウォーキングは地元の方々のご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。

- 煙や駐車場などの私有地への無断立ち入りや通り抜け、歩きながらの喫煙や飲酒はおやめください。
- スマートフォンや携帯電話の画面を見つめながらの歩行は大変危険です。自分自身だけでなく、周囲の方も巻き込む事故につながることもありますので、「歩きスマホ」はおやめください。
- 草花や木の実などを取らないでください。動植物を保護し、自然を大切にしましょう。
- コース中には、道幅・歩道が狭い箇所や生活道路が含まれます。横に広がって歩くと通行車両や通行人の迷惑となりますのでおやめください。
- タバコの吸い殻やゴミの投げ捨ては絶対におやめください。ゴミは各自持ち帰り、環境美化にご協力をお願いします。

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、参加者とみなさず、参加賞品への引換え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。

さわやかウォーキングにご参加のお客様へ

- 健康状態のすぐれない場合は参加をお控えください。(※新型コロナウイルス感染症対策の観点からも特にご注意ください)
- ウォーキングを始める前には各自準備運動を必ず行ってください。
- 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。
- ウォーキングに適した、歩きやすい服装・靴でご参加ください。特に健脚向コースに参加される場合には、十分な装備をお願いします。
- お弁当・飲料水等は各自でご用意ください。
- ウォーキング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。

特典 ※内容は変更になる場合があります。

- 銀嶺荘にて／
 - 参加者全員にコーヒーの割引(440円⇒200円)
 - 有料トイレ(100円⇒無料)
 - ※いずれも1階カウンターにて当コースマップをご提示ください。
 - ※銀嶺荘(お問合せ TEL.080-6926-3145)
- ゴール(銀嶺荘横)にて／プレゼント(それぞれお一人様1個限り)
 - 乗鞍特製さるぼぼ(各日先着100名様) [提供:岐阜県]
 - 乗鞍マップ、お花畑園鑑(各日先着150名様) [提供:岐阜県]
 - 奥飛騨温泉郷の天然湯の花(各日先着40名様) [高山市]
 - 乗鞍オリジナルステッカー(各日先着150名様) [提供:乗鞍観光協議会]

ホテルアソシア高山リゾート
宿泊プランのご案内

9/17(土)高山線 飛騨国府駅、9/18(日)・19(月・祝)・10/8(土)高山線 高山駅、11/6(日)高山線 飛騨古川駅スタートのさわやかウォーキング開催に合わせ、ホテルアソシア高山リゾートでは、宿泊プランをご用意しております。

◆WEB予約限定・詳細・ご予約はこちらから。

さわやかウォーキング参加者限定
朝食付き宿泊プラン(宿泊期間:9/16～19、10/7・8、11/5・6の8日間)

新型ひだ号HC85系ルームプランのご紹介
7月1日にデビューしたHC85系の写真やオリジナルアイテム等で装飾された特別ルームです。

■宿泊期間:2022年9月30日まで
■宿泊料金:1泊2食18,000円(税込)～

◆WEB予約限定:詳細・ご予約はこちらから。

※さわやかウォーキング参加者限定宿泊プラン対象外です。

ホテルアソシア高山リゾート

岐阜県高山市越後町1134 Tel.0577-36-0001(代表) <https://www.associa.com/tky>

※JR高山駅からホテルまで無料送迎シャトルバスが運行しています。詳しくは、ホテルアソシア高山リゾートホームページでご確認ください。

在来線の運行情報について

在来線の運行情報をTwitterでお知らせしています。

■登録方法

- ①QRコードを読み取ります。
- ②登録したい線区を選択し、フォローボタンを押します。
- ③通知アイコンを押し、プッシュ通知をオンにします。



開催について

JR東海テレフォンセンター

☎050-3772-3910(6:00～24:00 年中無休)

悪天候その他の事情により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当日朝6時からお問い合わせを承ります。また、JR東海さわやかウォーキング公式Twitterでも開催・中止情報を随時お知らせいたします。

Twitterアカウント名
【JR東海公式】
JR東海さわやかウォーキング開催情報

ユーザー名
@JRC_SW