

金峰山

男
女
亀
森
亀
森

真人山

りんご三山

登山記念
りんご
プレゼント

秋の野遊び ハイキング 三山縦走コース

令和5年10月28日(土)

山歩き
初級*

※初級の目安：登山経験が
1~2回程度を想定しています。



金峰山



男
女
亀
森
亀
森



真人山

実りの里のお楽しみ特典!

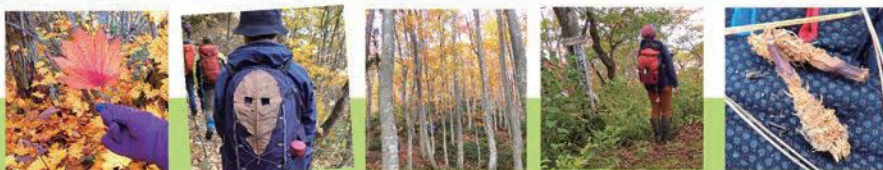
- 1 地元採れたてりんご進呈!
- 2 地元農産物いもの子汁ランチ
- 3 地元りんごのスイーツタイム



りんご三山縦走ハイキング

金峰山、男亀森、真人山の3つの
ピークを登るツアーです。

- 集合時間：AM7:00
- 解散時間：PM3:30
- 集合場所：真人公園
- 参加費：お一人5000円



事前申し込み制 詳細は裏面をご覧ください。

実りの里を一望しよう!

りんご三山友の会

りんご三山 秋の野遊び ハイキング



事前申し込み制
先着順となります

秋のふるさとの低山3座を歴史の足跡を辿りながらひと筆縦走します。

- 催行日：2023年10月28日土曜日
- 集合時間：AM7:00 / 解散時間：PM3:30
※解散時間は前後する場合があります。
- 集合場所：真人公園
- 参加費：お一人5000円
- 歩行距離：約8km / 累積標高：約490m
- ガイド料：お一人様5,000円（集合時にお支払いください）
- キャンセルについて：3日前～30%、当日50%、無連絡100%

わたしたちが
ご案内します



- ・日本山岳ガイド協会認定登山ガイド
- ・りんご三山友の会会員

◆お申し込みにあたりお読みください◆

□服装について

- 登山ウエアや運動着など動きやすい服装とし、汗などで濡れても乾きやすい素材のものでご参加ください。
- 綿100%素材は乾きにくく汗冷えますので避けてください。 ●雨や風を通さないレインウエアを、晴れていてもご用意ください。

□靴について

- 登山靴やトレッキングシューズ、運動靴などの滑りにくい靴でご参加ください。
- 防水スプレーを予めかけてください。
- 靴底が剥がれそうではないか必ず御確認ください。

□必ず保険にご加入ください

- ご参加の際はハイキングを含むレジャー保険に、各自でご加入ください。コンビニの端末やスマホなどで手続き可能な、数百円から加入できるワンデイ保険などもあります。分からない場合は当方（このチラシ表のメールアドレス）へご相談ください。

※小学生以下のお子様とのご参加の場合、コースによっては難しい場合もありますので可能かどうかご相談ください。
※未成年の方だけでのご参加の場合は保護者の方からの同意書をお願いしております。

必ず必要なもの

荷物はザックに入れてご参加ください

- 雨具（レインウエアを必ずお持ちください）
- 飲料水など飲み物（スポーツドリンクがベスト）
- 行動食（加熱処理なしで食べられるもの）
- 参加コースによっては昼食
- 健康保険証のコピー
- 防寒衣類（セーターやフリースなど）
- タオルなど汗拭き
- 手袋（滑り止めのついた軍手などでも可）

あると便利なもの

- サングラス（UVカットのもの）
- トレッキングポール（キャップ付）
- ロールペーパーやティッシュペーパー
- ビニール袋（ゴミ袋などにするため）
- 薬類（必要に応じて）
- ゲイター（スパッツ）
- 日焼け止め



◆お申し込み・お問い合わせ◆

- ①お名前、②ご住所、③年齢、④電話番号
- ⑤メールアドレスを明記のうえ、
タイトルに「りんご三山お申込み（または
問合せ）」と記載して右記メールアドレスへ
ご連絡ください。

ringo3zan@gmail.com

お申し込みはQRコードを読み取ると簡単です。↓

QRコードを読み込みますと
「メール作成画面はこちら」と表示されます。
タップ（クリック）しますと記入内容が
表示されます。



2日以上返信がない場合はお手数ですが宛先及び受信フィルターがかかっていないかご確認のうえ再度、ご連絡をお願いいたします。