

とろしやい森魚沼

六日町

エリアマップ



普光寺 毘沙門堂



魚野川フィッシング



八海山ロープウェイ



中ノ岳 2,085m



大水上山 1,831m



しゃくなげ湖(三国川ダム)

トレッキングのアドバイス

- 登山道は上り優先、すれちがいは立ち止まって道をゆずりましょう。
- マップは略図で、時間は目安です。行程は余裕をもって各自の責任において行動してください。
- 靴は登山靴やトレッキングシューズを必ず履いてください。下りはひもをしっかりめしましょう。
- 自然公園、文化財エリアや史跡です。山野草の採取は禁止です。カタクリなどを踏荒らさないよう注意しましょう。
- 天候の急変に十分注意しましょう。

※カタクリの開花時期は積雪量、気象条件により変わりますのでお問い合わせください。
帰りは温泉に入って、ゆっくりしてお楽しみください。

- 帽 子…直射日光やハチ防止・対策に。
- シ ャ ツ…綿素材は避け、化学繊維素材シャツを。
- パ ン ツ…ジーパンなどは避け、伸縮性のある山歩き用スラックスを。
- ソ ッ ク ス…山用ソックスか化繊の靴下2枚重ねでも十分。
- く つ…くるぶしが隠れ底がしっかりしたものを。
- ザ ッ ク…軽量で自分の体にフィットするもの。登山用ザックを。
- 水 …500cc位。
- その他あると便利なもの・サングラス(日よけ、虫よけがあると便利です)・熊対策で鈴・携帯電話・杖などがあると楽・下着や靴下は着替え用も準備