

アドベンチャーガイズ登山ツアーシリーズ 2025-2026

# Step up School

ステップアップスクール 国内登山講習会



ADVENTURE GUIDES

冒険案内人

# 「自分だけの冒険」をサポートする AG流ステップアップ

山岳ガイドと登ることを前提として「世界の名峰」や「国内のバリエーションルート」などいろいろな山にチャレンジするために、技術・経験・体力レベルのアップを目指す講習会です。ガイド登山では基本的に安全管理はガイドに任せます。ロープワークや自己確保の技術より、無駄な力をかけずに岩を登ったり、バランスよくアイゼン歩行できることが大切です。

## AGの登山ツアーはどんなツアーでも少人数制を徹底!

- ✓ お客様とガイドのコミュニケーションを大切にしています。
- ✓ やさしく、楽しくがモットーのホスピタリティ溢れるガイディングが人気です!
- ✓ 海外で活躍するガイドも多数在籍。  
きめ細やかなサポートで目標とする山への夢が広がります!

### STEP 1 「初めての山歩きから夏山登山」 技術度0~2/体力度2

初めて山歩きをする人のための基礎講座。靴ひもの結び方、ウェア、ストックなどの装備の使い方、リュックサックへのパッキング、フットワークの基本、ルートの選び方など。そして、足場の不安定なガレ場やザレ場の安全な歩き方、疲れないペース配分での登り方、ひざへの負担のかからない歩き方、簡単な地図の読み方など、実践に即した講座をします。もう一度基礎を再確認したい方もご参加ください。

### STEP 2 「北アルプス3,000m級クラス」 技術度3/体力度3

北アルプスの3,000m級夏山登山のための講座です。槍ヶ岳や白馬岳の大雪渓などを想定し、雪渓の歩き方、くさり場の通過、簡単な岩場の歩き方、山小屋での快適な滞在方法などを実際に歩きながら講習します。ステップ1の復習も兼ねながら歩くとより効果的です。バランスが必要な岩場の通過では講習をしながら、危険箇所は山岳ガイドがサポートしますので安心です。

### STEP 3 「雪山入門レベル」 技術度4/体力度3

初めて雪山に登る人からを対象としています。キックステップ、アイゼンの装着・歩行、ピッケルの持ち方、ピッケルワークなど雪山の初歩から学びます。また、快適に、安全に歩くためのウェアな装備関係の講習もします。雪に慣れてきて、アイゼンを引っ掛けずにバランス良く歩けるようになったら、尾根筋や斜度のある斜面などバランスが必要な場面でのアイゼン歩行の練習をします。

### STEP 4 「岩登り入門レベル」 技術度6/体力度3

初めて岩に触る人からを対象としています。ゲレンデを使い、参加者のレベルに合わせて講習。岩の感触を楽しむことからマルチピッチの登攀まで講習します。また、目的に合わせた講習も可能でクライミングシューズ、登山靴、アイゼンをつけての岩登りなど、様々なシチュエーションで登ることもできます。ガイド登山でのロープワークやセルフビレイの方法も講習します。

### STEP 5 「岩と雪のミックスレベル」 技術度5、6/体力度4

ステップ4をクリアした次のステップは岩と雪のミックスルートです。よりバランスが必要なルートで講習します。残雪期の剣岳や穂高岳を想定しています。しっかりとした基礎が必要になり、力任せに登るのではなく、バランスを重視しスムーズに登るよう心がけてください。総合的な技術、体力を付けていく講習になります。

### STEP 6 「バリエーションレベル」 技術度7/体力度5

バリエーションコースにチャレンジするための講習会。ステップ5レベルを余裕を持ってこなせるようになったら、いよいよバリエーションルートへ。このレベルがクリアできるとレベルの高い6,000m、8,000mなどの本格的なエクスペディションにも対応できます。ルート上に難易度の高い岩登り、雪壁、氷壁などが出てきます。余裕を持って通過できるように重ねてトレーニングしてください。

### STEP EX 特別ステップ「高所登山へ挑戦する方へ」 技術度2/体力度4

4,000m以上の高所登山のための講習会。実際に富士山に登りながら、ペース配分、休憩の取り方、水分・エネルギー補給など、高所順応の効率よい方法を講習。特に高所での呼吸法をマスターすると歴然と高度順応がしやすくなります。高所登山への出発前に順応登山をしたい方にも対応します。

## 技術度 ルートにおける登山技術度の指針です。

- 技術度0** 整備された道を歩きます。スニーカーでもOK。どなたでも歩けるコース
- 技術度1** 整備された道ですが、ルート上に多少の石や岩が出てきます。トレッキングシューズや軽登山靴が必要です。普段、低山ハイキングをしている方にお勧めです。
- 技術度2** 簡単な岩場、ザレ場、ガレ場が含まれたコースです。普段、2,000mクラスの日帰り登山をしている方にお勧めです。
- 技術度3** クサリ場、雪渓が含まれるコース。普段、北アルプス山小屋泊の3,000m級夏山登山をしている方にお勧めです。
- 技術度4** 雪上をアイゼン歩行しますが、技術的に難しいところはありませんで、アイゼン歩行の経験がなくても大丈夫。ピッケルではなくストックでもOKです。
- 技術度5** バランスが必要な場面でアイゼン・ピッケルを使用します。また、2級程度の岩登りも含まれます。簡単な雪上訓練、槍ヶ岳の穂先レベルの岩登り経験が必要です。
- 技術度6** 3級程度の岩登りが含まれます。セカンドでロープを利用した岩登りを経験しており、春先の剣岳や大キレットなどを安定して登山できる技術が必要です。
- 技術度7** 4級程度の岩登りが含まれます。セカンドで4級の岩登りとピッケル、アイゼンで雪壁の登攀ができる技術が必要です。

## 体力度 ルートにおける体力度の指針です。

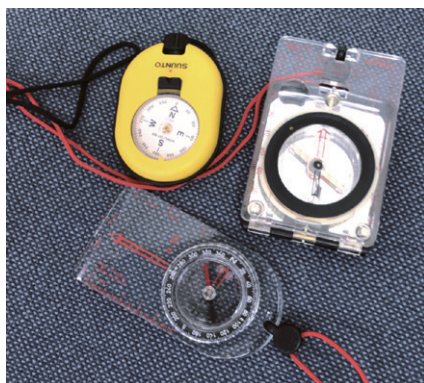
- 体力度0** 平坦なコースが中心です。登りや長い下りはありません。
- 体力度1** 標高差400m位の登りが含まれます。1日の行動時間2~4時間が目安です。
- 体力度2** 標高差800m位の登りが含まれます。1日の行動時間4~6時間が目安です。
- 体力度3** 標高差1,000m位の登りが含まれます。1日の行動時間6~8時間が目安です。
- 体力度4** 標高差1,000m位の登りが含まれます。1日の行動時間8時間以上が目安です。
- 体力度5** 標高差1,000m位の登りと長い下りが含まれます。1日の行動時間12時間以上が目安です。



# 参 考 装 備 表

主なものを記載しております。正式には最終案内書の装備表をご確認下さい

品 名	数量	夏山	夏Ⅲ	雪山	岩稜	備 考
登山靴（雪山）	1足	×	×	○	×	保温力があり、10～12本爪アイゼンが装着できる雪山用のもの。
登山靴（岩稜）	1足	×	○	×	○	岩登りに登りやすいもの。クライミングゾーンがあるものが望ましい。
トレッキングシューズ	1足	○	×	○	△	くるぶしまでカバーする、ミドルカット以上の軽登山靴。履きなれたもの。
ザック（25～30L）	1個	○	△	△	△	登山中に使用するもの。装備、防寒着が入る大きさが必要です。
ザック（35～50L）	1個	△	○	○	○	登山中に使用するもの。装備、防寒着が入る大きさが必要です。
ストック（2本組）	1組	○	○	○	○	アプローチの際に便利。雪質のよい場合の雪稜歩行時に利用したり、高所でのバランス保持にも有効。
ピッケル	1本	×	×	○	○	55～65cm前後の軽量のもの。縦走用のシンプルなものが良い。
アイゼン（10～12本爪）	1組	×	×	○	○	靴底全体をカバーする前爪のあるプレスアイゼン。縦走用等の用途の広いもので、アンチスノー付がよい。軽量のワンタッチ式アイゼン、又はセミワンタッチ式が便利です。アルミアイゼン使用も可能です。
ヘルメット	1個	×	○	○	○	山岳登攀用の軽量ヘルメット。暖かい帽子の上からでも被ることができるものがよい。
安全ベルト、ハーネス（アルパインポット）	1本	×	△	○	×	雪稜で、あまり斜度のない斜面が中心の登山ではアルパインポット式が便利。防寒ウェアの上から装着できる余裕のあるものがよい。
安全ベルト、ハーネス（レッグループ）	1本	×	○	△	○	岩稜や斜度のある斜面、ナイフリッジの通過がある登山では、レッグループ式が便利です。レッグループの場合は太腿部が調節できるもの。防寒ウェアの上から装着できるもの余裕のあるものが便利です。
カラビナ	適数	×	△	△	△	持参のハーネスによっては安全環付きカラビナが必要になります。
スリング	1足	×	△	△	○	60cm、120cmを数本ずつ。セルフビレイを取る時に利用。アッセンダーのデバイスも作れます。
アウターシェル（一番外側のウェア）	1組	○	○	○	○	オーバージャケット、オーバーパンツ。防水性・透湿性がよく、ムレないもの。急な降雨には雨具として、高所では防寒着、又は防風着として使用できるものが便利です。
ミッドレイヤー（中間着）	1組	○	○	○	○	行動用の薄手のフリースやシャツ等、防寒用の厚手のフリースや薄手の羽毛服等の組み合わせ。ウール・化学繊維系のズボンやタイツ等の組み合わせ。軽く、暖かく、温度調節のし易いもの。綿製品不可。
ファーストレイヤー（下着）	1組	○	○	○	○	ポリエステル系素材によるロングスリーブ、ロングタイツが望ましい。汗など水分の速乾性と動きやすさの両立したもの。綿製品は不可。ショーツ等もこれに準じます。
靴下	適数	○	○	○	○	パイル状のものが保温性、クッション性に優れている。素材はファーストレイヤーに準じます。
厚手・薄手の手袋	1組	○	○	○	○	厚手・薄手共に必要。薄手のものは天候の良い時の手の保護に。厚手のものは防寒対策で-20℃まで耐えられるもの。岩稜は革のものが便利です。
オーバー手袋	1組	×	×	○	○	ミトン型。羽毛のオーバーミトンが必要です。
サングラス	1個	○	○	○	○	雪上是非常に反射が強いので、目の保護のためにサングラスが必要。
ゴーグル	1個	×	×	○	○	天候の悪い時に斜面が見易くなります。また、吹雪の時に風から視界を守ります。曇りづらいものが便利。
帽子	適数	○	○	○	○	保温性が高く耳を覆えるタイプのもの。ハット式の日よけ帽子もあると便利です。
ヘッドランプ	1個	○	○	○	○	予備電池も忘れずにご用意ください。明るさが200ルーメン以上のもの。
水筒・テルモス	1個	○	○	○	○	水筒は1L程度の携帯性の高いもの。こまめに水分補給ができるのでハイドレーションはお勧めです。テルモスは、移動中や夜間に温かい飲物が飲めるので便利です。
感染症対策グッズ	適数	○	○	○	○	マスク数枚、携帯トイレ、使い捨て手袋、アルコール除菌ジェル等、ゴミ袋



# AGステップアップスクール

ガイド登山やツアーに参加するために登山技術や経験を積むことを目的とした講習会です。基本的に安全管理はガイドが行い、その中で色々なルートにチャレンジできるようにステップを踏みながら経験を重ねます。

※集合・解散時間は目安です。必ず最終案内書でご確認ください。交通手段により時間を調整できる場合もございますのでご相談ください。

※交通例にある時刻表は変動することがあります。参考までとし、必ずご自身でもお調べください。

※宿泊を伴う講習会はすべて宿泊代、税込価格です。

※講習会開始後は返金できません。

※服装、装備が講習会内容にふさわしくない場合は、集合されても講習会にご参加頂けない場合もございます。ガイドがそのように判断した場合は従って頂きます。またその場合も返金はありません。

## STEP 1 登山I

技術度 0～2

ひもの結び方、ウェア、ストックなどの装備の使い方、リュックサックへのパッキング、山歩きのフットワークの基本、ルートの選方、ザレ場、ガレ場の通過など、歩くことの基礎を講習します。

### 南高尾山陵 日帰り

体力度2

疲れにくい歩き方、下り方、上手なウェアリングとパッキング方法などを学びます。トイレ、茶店などがないルートですが爽やかな樹林帯で細かいアップダウンがある稜線歩きです。

日程	2026年4月18日(土)										
講習費用	日帰り ¥10,000。(ガイド料、ガイド経費込)										
定員	6名(最少催行人員4名)										
集合場所	9:30 JR八王子駅改札前										
プログラム	<table><tr><td>9:30</td><td>八王子駅改札口集合後、北口バス停へ移動「相模原行」に乗車</td></tr><tr><td>↓</td><td></td></tr><tr><td>12:15</td><td>「大垂水」にて下車。歩きははじめます。大洞山～中沢山～西山峠～三沢峠～草戸峠</td></tr><tr><td>↓</td><td>途中でウェアリングやパッキングについてこれから道具を購入する方向けにお話します。</td></tr><tr><td>15:45</td><td>高尾山口駅到着、解散。</td></tr></table>	9:30	八王子駅改札口集合後、北口バス停へ移動「相模原行」に乗車	↓		12:15	「大垂水」にて下車。歩きははじめます。大洞山～中沢山～西山峠～三沢峠～草戸峠	↓	途中でウェアリングやパッキングについてこれから道具を購入する方向けにお話します。	15:45	高尾山口駅到着、解散。
9:30	八王子駅改札口集合後、北口バス停へ移動「相模原行」に乗車										
↓											
12:15	「大垂水」にて下車。歩きははじめます。大洞山～中沢山～西山峠～三沢峠～草戸峠										
↓	途中でウェアリングやパッキングについてこれから道具を購入する方向けにお話します。										
15:45	高尾山口駅到着、解散。										

アクセス例 【行き】新宿→八王子  
【帰り】高尾山口→新宿

### 大菩薩嶺(2,057m) 日帰り

体力度2

日程	2026年5月30日(土)														
講習費用	日帰り ¥11,000。(ガイド料、ガイド経費込)														
定員	8名(最少催行人員5名)														
集合場所	8:50 甲斐大和駅改札口														
プログラム	<table><tr><td>8:50</td><td>集合後、バスに乗り。上日川峠行きで終点まで。</td></tr><tr><td>9:20</td><td>上日川峠着。</td></tr><tr><td>10:01</td><td>登山開始。</td></tr><tr><td>10:20</td><td>福ちゃん荘～雷岩～山頂～雷岩～大菩薩峠～福ちゃん荘～上日川峠</td></tr><tr><td>↓</td><td></td></tr><tr><td>15:00</td><td>登山口着よりバスで甲斐大和駅へ</td></tr><tr><td>15:45</td><td>駅</td></tr></table>	8:50	集合後、バスに乗り。上日川峠行きで終点まで。	9:20	上日川峠着。	10:01	登山開始。	10:20	福ちゃん荘～雷岩～山頂～雷岩～大菩薩峠～福ちゃん荘～上日川峠	↓		15:00	登山口着よりバスで甲斐大和駅へ	15:45	駅
8:50	集合後、バスに乗り。上日川峠行きで終点まで。														
9:20	上日川峠着。														
10:01	登山開始。														
10:20	福ちゃん荘～雷岩～山頂～雷岩～大菩薩峠～福ちゃん荘～上日川峠														
↓															
15:00	登山口着よりバスで甲斐大和駅へ														
15:45	駅														

アクセス例 【行き】新宿 7:00 あずさ1号松本行 7:55 大月 8:24 ー、8:42 甲斐大和



### 埼玉県 奥武蔵・伊豆ヶ岳(851m) 日帰り

体力度2

急斜面での疲れにくい歩き方や男坂で鎖場の登り方を学べます。登山初級者向けです。男坂ではハーネスをつけて安全確保しながら登りますので、これから岩稜系登山を目指したい方の体験にピッタリです。

日程	2026年5月23日(土) 2026年10月3日(土)														
講習費用	日帰り ¥12,000。(ガイド料、ガイド経費込)														
定員	8名(最少催行人員5名)														
集合場所	9:15 西武秩父線 正丸駅														
プログラム	<table><tr><td>9:15</td><td>正丸駅集合、登山口へ</td></tr><tr><td>9:30</td><td>登山開始</td></tr><tr><td>↓</td><td>直登ルート→五輪山経由</td></tr><tr><td>12:15</td><td>伊豆ヶ岳山頂上</td></tr><tr><td>↓</td><td>五輪山→大倉山→かめ岩→馬頭観音堂経由</td></tr><tr><td>↓</td><td>正丸駅へ</td></tr><tr><td>15:45</td><td>正丸駅到着 到着後解散</td></tr></table>	9:15	正丸駅集合、登山口へ	9:30	登山開始	↓	直登ルート→五輪山経由	12:15	伊豆ヶ岳山頂上	↓	五輪山→大倉山→かめ岩→馬頭観音堂経由	↓	正丸駅へ	15:45	正丸駅到着 到着後解散
9:15	正丸駅集合、登山口へ														
9:30	登山開始														
↓	直登ルート→五輪山経由														
12:15	伊豆ヶ岳山頂上														
↓	五輪山→大倉山→かめ岩→馬頭観音堂経由														
↓	正丸駅へ														
15:45	正丸駅到着 到着後解散														

アクセス例 【行き】池袋→飯能→正丸  
【帰り】正丸→飯能→池袋

### 奥高尾縦走 日帰り

体力度2

急斜面での疲れにくい歩き方や男坂で鎖場の登り方を学べます。登山初級者向けです。男坂ではハーネスをつけて安全確保しながら登りますので、これから岩稜系登山を目指したい方の体験にピッタリです。

日程	2026年5月30日(土) 2026年10月25日(日)														
講習費用	日帰り ¥9,000。(ガイド料、ガイド経費込)														
定員	8名(最少催行人員5名)														
集合場所	8:15 西武秩父線 正丸駅														
プログラム	<table><tr><td>8:15</td><td>集合後、準備を整え陣馬山登山へ出発。陣馬新道から陣馬山山頂を目指します。</td></tr><tr><td>10:00</td><td>陣馬山山頂着。</td></tr><tr><td>11:30</td><td>堂所山着。</td></tr><tr><td>12:30</td><td>景信山着。少し長めの休憩。</td></tr><tr><td>14:00</td><td>城山着。</td></tr><tr><td>15:00</td><td>高尾山着。下山コースは当日の状況でガイドが判断します。</td></tr><tr><td>16:45</td><td>清滝着。ここで解散です。</td></tr></table>	8:15	集合後、準備を整え陣馬山登山へ出発。陣馬新道から陣馬山山頂を目指します。	10:00	陣馬山山頂着。	11:30	堂所山着。	12:30	景信山着。少し長めの休憩。	14:00	城山着。	15:00	高尾山着。下山コースは当日の状況でガイドが判断します。	16:45	清滝着。ここで解散です。
8:15	集合後、準備を整え陣馬山登山へ出発。陣馬新道から陣馬山山頂を目指します。														
10:00	陣馬山山頂着。														
11:30	堂所山着。														
12:30	景信山着。少し長めの休憩。														
14:00	城山着。														
15:00	高尾山着。下山コースは当日の状況でガイドが判断します。														
16:45	清滝着。ここで解散です。														

アクセス例 ①新宿→京王線→北野→JR高尾駅北口→西東京バス→陣馬高原下  
②新宿→JR中央線→高尾

一步ステップアップした山歩きで、山小屋を使った夏山登山です。雪渓や簡単な岩場の歩き方、くさり場の通過、そして山小屋での快適な滞在方法などを実際に歩きながら講習します。

## ハケ岳・硫黄岳 (2,760m) 2日間 体力度1

赤岳の前にまずはこちらから。ハケ岳入門コースです。

**日程** 2026年6月27日(土)～28日(日)

**講習費用** 2日間 ￥40,000。(宿代込)

**定員** 8名(最少催行人員4名)

**宿泊場所** 赤岳鉱泉  
※個室になる場合がございます。個室料はゲストの皆様でご負担頂きます。

**集合場所** 10:15 美濃戸口バス停

<b>プログラム</b>	1日目	10:15 昼食 ↓ 13:30頃	美濃戸口 集合 コース途中の休憩中にて行動食、又は赤岳山荘などでお蕎麦も食べる事も可能です。 天候や状況によってガイドが判断します。 赤岳鉱泉
	2日目	朝食 ↓ 15:30頃	赤岳鉱泉 ジョウゴ沢を渡り、赤岩の頭を通して硫黄岳山頂を目指します。 美濃戸口バス停にて解散

**アクセス例** 【行き】 新宿→茅野→美濃戸口

【帰り】 美濃戸口→茅野→新宿

※バス時刻表が改定される場合がございます。必ずご自身でもご確認下さい。

## 鈴鹿国定公園 御在所岳ヴィアフェラータ 日帰り 体力度2

**日程** 2026年4月19日(日)

**講習費用** 日帰り ￥21,500。(ガイド料、ガイド経費込み)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**集合場所** 9:00 湯の山温泉駅

<b>プログラム</b>	9:00	集合後、登山口までガイドと移動。
	9:30	ヴィアフェラータコース～富士見尾根～ロープウェイで下山。 16:00頃 湯の山温泉駅着。ここで解散です。

**アクセス例** 《東京方面から》

東京→JR 名古屋→近鉄名古屋→近鉄四日市→湯の山温泉

《大阪方面から》 JR 大阪→JR 鶴橋→近鉄四日市→湯の山温泉

## 鈴鹿国定公園 御在所後尾根～立岩 日帰り 体力度2

**日程** 2026年4月26日(日)

**講習費用** 日帰り ￥21,500。(ガイド料、ガイド経費込み)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**集合場所** 8:40 近鉄湯の山温泉駅

<b>プログラム</b>	8:40	集合後、登山口までガイドと移動。
	9:30 ↓ 15:30頃 16:30頃	裏道登山口着。藤内小屋～後尾根～立岩～裏道登山口のコースで下山します。 登山口着。 近鉄湯の山温泉駅着。ここで解散です。

**アクセス例** 《東京方面から》

東京→JR 名古屋→近鉄名古屋→近鉄四日市→湯の山温泉

《大阪方面から》 JR 大阪→JR 鶴橋→近鉄四日市→湯の山温泉

## 岩手県・五葉山 (1,351m)と早池峰山 (1,917m) 縦走 2日間 体力度4

**日程** 2026年6月13日(土)～14日(日)

**講習費用** 2日間 ￥56,000。(宿代、専用車込み)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 早池峰登山口 岳集落内の民宿

**集合場所** 9:50 JR北上駅

**アクセス例** 【行き】 東京→北上  
【帰り】 新花巻→仙台→東京

## ハケ岳・赤岳 (2,899m) 地蔵尾根ルート 2日間 体力度2

定番の赤岳。地蔵尾根コースを登ります。梯子やザレ場を疲労時にもしっかり安定して歩けるようになります！

**日程** 2026年7月4日(土)～5日(日)  
2026年8月1日(土)～2日(日)

**講習費用** 2日間 ￥50,000。(宿代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 赤岳鉱泉  
※個室になる場合がございます。個室料はゲストの皆様でご負担頂きます。

**集合場所** 10:15 美濃戸口バス停

<b>プログラム</b>	1日目	10:15 昼食 ↓ 13:30頃	美濃戸口 集合 コース途中の休憩中にて行動食、又は赤岳山荘などでお蕎麦も食べる事も可能です。 天候や状況によってガイドが判断します。 赤岳鉱泉
	2日目	朝食 ↓ 15:30頃	赤岳鉱泉 中山乗越、行者小屋を経由して、文三郎ルート、又は地蔵ルートから山頂を目指します。 美濃戸口バス停にて解散

**アクセス例** 【行き】 新宿→茅野→美濃戸口

【帰り】 美濃戸口→茅野→新宿

※茅野駅～美濃戸口バス代 片道¥1,000

※バス時刻表が改定される場合がございます。必ずご自身でもご確認下さい。

## 丹沢主脈(塔ノ岳、丹沢山、蛭ヶ岳)縦走 2日間 体力度2

体力アップトレーニングにぴったりです！通称「バカ尾根」の大倉尾根を上がり、眺望の素晴らしい塔ノ岳へ。道中に小屋やトイレがあるので安心です。行動食も調達可能です。健脚向きの講習会です。

**日程** 2026年10月10日(土)～11日(日)

**講習費用** 2日間 ￥38,000。(宿代込)

**定員** 6名(最少催行人員4名)

**宿泊場所** みやま山荘 (丹沢山)

**集合場所** 8:45 大倉バス停 トイレ前付近

<b>プログラム</b>	1日目	8:45 13:00 15:00 夕食 20:30	登山開始。大蔵尾根で塔ノ岳山頂を目指します。 塔ノ岳山頂到着。 丹沢山到着。みやま山荘へ。 ガイドと翌日のフリーフィンギングなど。 山荘で夕食です。 消灯
	2日目	5:30 9:00 11:00 13:00 15:30 16:25 17:14	朝食後、準備を整え、蛭ヶ岳に向かいます。 蛭ヶ岳着。 八丁坂の頭着。 焼山着。 焼山登山口着。 三ヶ木バス停からJR橋本駅行路線バスで移動です。 三ヶ木バス停発。※バスはこのあと17:25、18:25のみ橋本駅着。ここで解散です。

**アクセス例** 【行き】 新宿 6:51 小田急線急行小田原行 8:09 渋沢 8:20 大倉行バス 8:35 大倉  
【帰り】 JR 橋本駅から各方面へ

北アルプス3,000m峰クラスの登山で、バランスが必要な岩場の通過が含まれるコース。個人では自信のない方のために、危険箇所は山岳ガイドがサポートしながら通過します。

### 北アルプス・剣岳(2,999m) 3日間 体力度4

岩稜系登山の代表ともいえる剣岳。鎖場や高度感のある岩稜を集中力を切らずに登り下りします。ガイドが所要所でサポートします！ 余裕を持った日程です。

**日程** 2026年8月21日(金)～23日(日)  
2026年9月4日(金)～6日(日)

**講習費用** 3日間 ￥110,000.(宿代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 剣澤小屋、他

**集合場所** 12:00 室堂ターミナル2F ノースフェイスショップ前

1日目	12:00	集合後、ガイドと一緒に剣澤小屋を目指します。
	↓ 15:30頃	剣澤小屋到着
2日目	早朝 ↓ 14:00頃	小屋を出発。別山尾根から剣岳山頂を目指します。往復して小屋へ
	↓ 夕食	剣澤小屋到着 小屋の指示に従って夕食です。
3日目	朝食 ↓ 11:00頃	朝食後、室堂に向けて出発です。 室堂到着。こちらで解散です。

**アクセス例** 《東京方面から》

【行き】 東京→JR長野/長野駅東口→扇沢→黒部ダム/黒部湖  
→黒部平→大観峰→室堂

【帰り】 室堂→大観峰→黒部平→黒部湖/黒部ダム→扇沢→  
長野→東京

《富山方面から》

【行き】 立山→美女平→室堂

【帰り】 室堂→美女平→立山

### 北アルプス・剣岳(2,999m) 早月尾根 3日間 体力度4

珍しく早月尾根コースのピストンです。早月小屋まで水分補給の場所がありませんので水分は多めに持参してください。健脚向きコースです。標準コースタイムで歩ける方、室堂からの剣岳はすでに登った方は、この夏の終わりは早月尾根からの剣岳にトライしてみてください！

**日程** 後日発表予定

**講習費用** 3日間 ￥108,000.(宿代込) ※現地にかかる交通費は当日ご精算ください

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 早月小屋

**集合場所** 7:10 上市駅改札前

1日目	7:10 ↓ 7:45 ↓ 14:30頃	集合後、ガイドとタクシーで馬場島へ向かいます。馬場島から早月尾根で早月小屋を目指します。(所要6時間。休憩時間除く) 早月小屋到着
	早朝 ↓ 14:00頃	小屋を出発。早月尾根から剣岳山頂を目指します。往復して小屋へ(所要6時間。休憩時間除く) 早月小屋到着 夕食 小屋の指示に従って夕食です。
3日目	朝食 ↓ 12:00頃	朝食後、馬場島に向けて出発です。(所要4時間。休憩時間除く) 馬場島到着。こちらで解散です。上市駅までの方はタクシーを弊社にて予約致します。

**アクセス例** 《電車の方》

東京→富山→電鉄富山→上市

《お車の方》

北陸道立山ICから約24kmで馬場島駐車場

### 北アルプス・西穂高岳(2,909m) 2日間 体力度4

**日程** 2026年8月22日(土)～23日(日)  
2026年9月12日(土)～13日(日)

**講習費用** 2日間 ￥89,000.(宿代込)

**定員** 2名(最少催行人員2名)

**宿泊場所** 西穂山荘

**集合場所** 12:50 新穂高ロープウェイ山麓駅 1階建物内入ってすぐの場所

1日目	12:50 ↓ 13:00 ↓ 15:00	集合 ロープウェイ山頂駅より西穂山荘へ向かいます。 西穂山荘到着
	朝食 ↓ 15:00頃	小屋を出発。西穂高岳独標へ向かいます。往路を下山します。 ロープウェイ山麓駅にて解散です。

**アクセス例** 《東京方面から》

【行き】 新宿→平湯温泉→新穂高ロープウェイ

【帰り】 ロープウェイ→平湯温泉→バスタ新宿

《関西方面から》

大阪なんば OCAT～新穂高ロープウェイ直行夜行バスもあります。

### 北アルプス 西穂高岳～奥穂高岳縦走(ジャンダルムルート) 3日間 体力度4

憧れのジャンダルムコース。岩稜系登山の中へ上級者向きです。長い岩稜帯を安定してしっかり歩き続けられる方向きです。西穂高岳から奥穂高に向かいます。

**日程** 2026年8月28日(土)～31日(月)  
2026年9月4日(土)～6日(月)

**講習費用** 3日間 ￥139,000.(宿代込)

**定員** 2名(最少催行人員2名)

**宿泊場所** 西穂山荘、穂高岳山荘

**集合場所** 13:20 新穂高ロープウェイ山麓駅 1階建物内入ってすぐの場所

1日目	13:20 ↓ 13:40頃 ↓ 15:30頃	集合 ロープウェイ山頂駅より西穂山荘へ向かいます。 西穂山荘到着
	早朝 ↓ 16:00頃	小屋を出発。西穂高へ向かいます。ジャンダルム、奥穂高岳を経由 穂高岳山荘
3日目	朝食 ↓ 14:00頃	穂高岳山荘を出発し、上高地に向かって涸沢経由で下山します。 上高地にて解散

**アクセス例** 《東京方面から》 バスタ新宿→平湯温泉→新穂高ロープウェイ駅

《関西方面から》

大阪なんば OCAT～新穂高ロープウェイ直行夜行バスもございます。



## 甲斐駒ヶ岳・黒戸尾根往復(2,967m) 2日間 体力度4

山岳信仰の山～標高差2,200mに挑戦！

**日程** 2026年7月11日(土)～12日(日)

**講習費用** 2日間 ￥60,000.(宿代、送迎車代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 七丈小屋

**集合場所** 7:00 尾白川溪谷駐車場

<b>プログラム</b>	1日目	7:00 ↓ ↓ 15:00	尾白川溪谷駐車場着 黒戸尾根で七丈小屋を目指します。途中に水場がなく、梯子やクサリ場が数か所あります。 小屋に到着。夕食まで自由時間です。
	2日目	早朝 ↓ ↓ 16:30頃	朝食はお弁当です。出発時間はガイドが前日にお知らせします。 小屋を出発して、甲斐駒ヶ岳を目指します。 山頂～七丈小屋～黒戸尾根で尾白川溪谷駐車場まで下山。 駐車場着。ここで解散です。

**アクセス例** お車の以外の方はご相談ください。  
中央道「小淵沢インター」「須玉インター」より約20分。



## STEP 3

## 雪山登山Ⅰ

技術度 4

初めて雪山に挑戦する方へ。アイゼン装着、ピッケルの持ち方、キックステップ、フットワークなど、基本から講習します。またウェアのレイヤリングなど、冬山の装備に関しても講習します。用具レンタル可能。

## 群馬県・谷川岳天神平エリア 日帰り 体力度1

これから雪山を始める方のための講習会です。リフトやロープウェイでアプローチし、ピッケルの持ち方、アイゼンの履き方、歩き方、ウェアリングやザックのことなど、総合的に雪山での行動の仕方を学びます。

**日程** 2026年2月7日(土)  
2026年2月8日(日)  
2026年12月13日(日)  
2026年12月26日(土)

**講習費用** 日帰り ￥19,000.(ロープウェイ代込)

**定員** 6名(最少催行人員4名)

**集合場所** 9:30 谷川岳ロープウェイ6階 インフォメーション前あたり

<b>プログラム</b>	9:30 ↓ ↓ 15:00 ↓ 15:30頃	集合後、ガイドと一緒にロープウェイに乗って天神平へ。 ピッケルの持ち方、アイゼンの履き方、歩き方など基本から雪山での行動の仕方を学びます。ウェアリングやザックのことなども総合的に学べます。 往路を戻り、リフトにて麓まで戻ります。 谷川岳ロープウェイ山麓駅で解散です。

**アクセス例** 【行き】 東京→上毛高原→谷川岳ロープウェイ  
【帰り】 谷川岳ロープウェイ→上毛高原→東京

## 八ヶ岳・天狗岳(2,646m) 2日間 体力度2

東天狗、西天狗と両方とも登ります。集合時間もゆっくりで雪山初心者向けです。上部では岩稜帯もあり岩と雪のミックス帯の経験できます。

**日程** 2026年1月24日(土)～25日(日)  
2026年2月14日(土)～15日(日)  
2026年3月7日(土)～8日(日)

**講習費用** 2日間 ￥50,000.(宿代込)

**定員** 4名(最少催行人員4名)

**宿泊場所** 黒百合ヒュッテ

**集合場所** 11:30 渋の湯バス停前

<b>プログラム</b>	1日目	11:30 ↓ ↓ 15:00頃	渋の湯バス停前 集合 講習しながらゆっくり歩きます。
	2日目	朝食 ↓ ↓ 14:30頃	黒百合ヒュッテ出発 東天狗岳～西天狗岳と歩き、黒百合ヒュッテへ戻ります。 渋の湯バス停にて解散

**アクセス例** 【行き】 新宿→茅野→渋の湯  
【帰り】 渋の湯→茅野→新宿



よりバランスが求められる場面でのアイゼン・ピッケルワーク、フットワークなどの講習をします。長時間の歩行で疲れてきても アイゼンを引っ掛けないようにしっかりとアイゼン歩行に慣れます。

### 谷川岳(天神尾根ルート)(1,977m) 日帰り 体力度2

まずは日帰りの雪山からです。山頂を目指しながら、アイゼン歩行やピッケルの使い方に慣れましょう。雪山での行動ルールや気をつけることも学びます。

**日程** 2026年1月31日(土)～2月1日(日)  
2026年3月7日(土)～8日(日)

**講習費用** 日帰り ￥24,000。(ロープウェイ代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**集合場所** 8:00 谷川岳ベースプラザ6Fインフォメーション前

<b>プログラム</b>	8:00	集合後、装備チェック等。
	8:30	ロープウェイで天神平へ。ロープウェイを降りたところから谷川岳を天神尾根ルートで目指します。
	↓	
	13:00頃	山頂着。
	↓	天神尾根を下ります。
	15:30頃	ロープウェイ山麓駅着。ここで解散です。

**アクセス例** 【行き】 公共交通機関でお越しの方は要前泊。土合山の家やみなかみエリアに前泊してください。

【帰り】 谷川岳ロープウェイ→上毛高原→東京

【お車の方】 関越自動車道水上 I.C 国道 291 号線を谷川岳方面へ  
14 km : 約 25 分

### 八ヶ岳・硫黄岳(2,760m) 2日間 体力度2

赤岳鉱泉からのルートです。赤岳に挑戦する前に硫黄岳を経験してください。稜線上は風が強くなりやすいので防寒対策はしっかりと！ 厳冬期の八ヶ岳の寒さをよく例えに使われるほど冷え込みます。

**日程** 2026年1月17日(土)～18日(日)  
2026年2月21日(土)～22日(日)  
2026年3月14日(土)～15日(日)

**講習費用** 2日間 ￥63,000。(宿代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 赤岳鉱泉

**集合場所** 10:30 美濃戸口バス停

<b>プログラム</b>	1日目	10:30	美濃戸口バス停前 集合
		↓	
		13:30頃	赤岳鉱泉到着、小屋周辺にて雪上講習等
		夕食	夕食後、就寝
	2日目	朝食	朝食後、赤岳鉱泉出発。
		↓	硫黄岳山頂を目指しながら講習です。
		15:30頃	美濃戸口バス停にて解散

**アクセス例** 【行き】 新宿→茅野→美濃戸口

【行き】 美濃戸口→茅野→新宿

### 西穂高岳(独標)(2,452m) 2日間 体力度2

ロープウェイアクセスで西穂山荘までは2時間程度で到着。全体的に急斜面はありませんが、独標近くは雪と岩のミックスとなり、落ち着いて安定したアイゼン歩行が必要です。ショートロープでの歩行です。

**日程** 2026年2月28日(土)～29日(日)

**講習費用** 2日間 ￥66,000。(宿代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 西穂山荘

**集合場所** 13:20 新穂高ロープウェイ山麓駅 乗り場前

<b>プログラム</b>	1日目	13:20	集合後、ロープウェイで山頂駅へ。
		13:30頃	ロープウェイ山頂駅より山荘へ向かいます。
		↓	
		15:30頃	西穂山荘到着後、周辺で雪上講習を行ないます。
	2日目	朝	出発
		↓	西穂高岳の独標を目指します。
		12:30頃	西穂山荘
		14:40頃	ロープウェイ駅で解散

**アクセス例** 【行き】 バスタ新宿 7:05 濃飛バス 11:45 平湯温泉 12:40 濃飛バス 13:16 新穂高温泉

【帰り】 新穂高温泉 14:55 濃飛バス 15:28 平湯温泉 16:05 濃飛バス 20:45 バスタ新宿

### 八ヶ岳・赤岳(2,899m) 2日間 体力度3

雪山講習会の定番。長時間の安定したアイゼン歩行が求められます。赤岳鉱泉から地蔵尾根を経由するルートです。山小屋では名物のステーキも楽しみの一つです。樹林帯を抜けるとショートロープでガイドと繋がって歩きます。

**日程** 2026年1月17日(土)～18日(日)  
2026年2月21日(土)～22日(日)  
2026年3月14日(土)～15日(日)

**講習費用** 2日間 ￥85,000。(宿代込)

**定員** 2名(最少催行人員2名)

**宿泊場所** 赤岳鉱泉

**集合場所** 10:30 美濃戸口バス停

<b>プログラム</b>	1日目	10:30	美濃戸口 集合
		↓	講習をしながら歩きます。
		14:30頃	赤岳鉱泉着。
			小屋周辺でアイゼン、ピッケルの基礎講習。
	2日目	朝食	赤岳鉱泉出発。
		↓	赤岳山頂を目指します。
		14:30頃	美濃戸口バス停にて解散

**アクセス例** 【行き】 新宿→茅野→美濃戸口

【帰り】 美濃戸口→茅野→新宿

※茅野～美濃戸口のバスは上記のみとなりますので、必ずこのバスにご乗車下さい。



## 立山・雄山(3,003m) 2日間

体力度2

一乗越までは緩やかな雪稜帯。その後は雪と岩のミックス帯になり、ショートロープで歩きます。不安定な個所をバランスよく登り下りするトレーニングにぴったりです。

**日程** 2026年11月21日(土)～22日(日)

**講習費用** 2日間 ¥69,000。(宿代込)

**定員** 3名(最少催行人員3名)

**宿泊場所** 立山室堂山荘

**集合場所** 12:00 室堂ターミナル ノースフェイスショップ前

1日目	12:30	集合後、室堂山荘へ
	13:30頃 ↓ 16:00頃 夕食	山荘で準備を整えてから室堂周辺で雪上講習 アイゼン歩行やピッケルの持ち方登基本を学びます。 山荘に戻り、入浴など夕食まで自由です。
2日目	朝食 ↓ 14:00頃	朝食後、出発 一ノ越を経由し、雄山山頂へ 室堂にて解散

### アクセス例

《東京方面から》

【行き】東京→長野→扇沢→黒部ダム→黒部湖→黒部平→大観峰→室堂

※黒部平～大観峰間のロープウェイは、混雑時に長時間の待ち時間となる場合がございます。万が一、混雑の影響で集合時間に間に合わない可能性がある場合は、黒部平駅の係員に「集合時間」「山小屋まで移動しなければいけない」旨をご説明いただき、優先的に早いロープウェイに乗せて頂けないかお話し下さい。

【帰り】室堂→大観峰→黒部平→黒部湖→黒部ダム→扇沢→長野  
または 扇沢→信濃大町→松本→新宿

《富山・立山方面から》

【行き】立山→美女平→室堂

【帰り】室堂→美女平→立山

STEP  
6

## 雪山登山Ⅲ

技術度 5

よりバランスが求められる場面でのアイゼン・ピッケルワーク、フットワークなどの講習をします。長時間の歩行で疲れてきてもアイゼンを引っ掛けないようにしっかりとアイゼン歩行に慣れます。

## 西穂高(2,909m) 2日間

体力度5

西穂高岳は、岩稜系登山の上級者向けです。特に独標から先は鋭い岩稜や高度感のあるルートが続き、確かな登山技術と慎重なルートファインディングが求められます。

西穂山荘を基点に進む稜線では、穂高連峰や槍ヶ岳の雄大な景色が広がり、挑戦を乗り越えた先には格別の達成感が待っています。ただし、変わりやすい天候や足場の不安定さから、経験豊富な登山者が挑む山です。

**日程** 2026年3月21日(土)～22日(日)

**講習費用** 2日間 ¥89,000。(宿代込)

**定員** 2名(最少催行人員2名)

**宿泊場所** 西穂山荘

**集合場所** 13:30 新穂高ロープウェイ山麓駅 乗り場

### プログラム

1日目	13:30	集合後、集合後、ロープウェイで山頂駅。
	13:40頃 ↓ 15:30頃	ロープウェイ山頂駅より山荘へ。 山荘までの道中で基本的な講習を 西穂山荘到着後、夕食まで自由時間です。
2日目	朝食 ↓ 12:30頃 14:30頃	朝食後、出発。 西穂高岳山頂を目指します。 西穂山荘 ロープウェイ駅で解散。

### アクセス例

【行き】バスタ新宿 7:05 濃飛バス 11:45 平湯温泉 12:40 濃飛バス 13:16 新穂高温泉

【帰り】新穂高温泉 14:55 濃飛バス 15:28 平湯温泉 16:05 濃飛バス 20:45 バスタ新宿



2名から催行しますので、ほぼプライベートガイド感覚でできる日もあるかもしれません。参加者のレベルに合わせて内容を決めて対応します。複数参加すれば、クライミングのステップアップが可能です。いつも同じガイドとトレーニングすれば、上達の過程やレベルも把握してもらえます。よりの確なアドバイスをもらえますよ！

**講習費用** 日帰り ¥15,000.  
(ガイド経費込み)  
**定 員** 6名(最少催行人員2名)  
**解 散** 16:00頃 集合場所にて

## 鷹取山 日帰り

体力度0

**日 程** 2026年4月12日(日)  
2026年5月17日(日)  
2026年6月14日(日)  
2026年10月18日(日)  
2026年11月15日(日)  
2026年12月6日(日)

**集合場所** 9:30 京浜急行 追浜駅 改札口

**アクセス例** <新宿から>  
【行き】新宿→品川→追浜  
<横浜から>  
【行き】横浜→追浜

## 湯河原幕岩 日帰り

体力度0

**日 程** 2026年4月16日(木)  
2026年6月13日(土)  
2026年10月17日(土)  
2026年11月11日(水)

**集合場所** 9:30 JR東海道本線 湯河原駅 改札口

**アクセス例** <新宿から>  
【行き】新宿→平塚→湯河原  
<横浜から>  
【行き】横浜→湯河原

## 広沢寺 日帰り

体力度0

**日 程** 2026年4月11日(土)  
2026年5月16日(土)  
2026年5月28日(木)  
2026年6月16日(火)  
2026年9月30日(水)  
2026年10月22日(木)  
2026年11月14日(土)  
2026年12月5日(土)  
2026年12月8日(火)

**集合場所** 9:00 小田急線 愛甲石田駅 改札口

**アクセス例** <新宿から>  
【行き】新宿→愛甲石田  
<横浜から>  
【行き】横浜→小田原→愛甲石田



技術度 6

岩場に雪が乗っている、ミックスルート上でバランスを失わないようにアイゼン歩行ができ、2～3級レベルの岩登りもアイゼン装着のままですることが目標です。何度も繰り返して、実力を付けて下さい。

## 北アルプス・剣岳(2,999m) 別山尾根ルート 3日間

体力度4

岩稜系登山といえば憧れの剣岳。日頃から岩稜系をトレーニングしている方向けです。いきなり目指す雪山ではありませんが、集中力を切らさず、岩と雪のミックス帯を丁寧にガイドの指示に従って登れば山頂を踏むことは可能です。疲労時でも集中力を切らさず歩ける体力を付けて挑戦です！

**日 程** 2026年4月29日(土)～5月1日(金)  
2026年5月8日(金)～5月10日(日)

**講習費用** 3日間 ¥130,000. (宿代込)

**定 員** 2名(最少催行人員2名)

**宿泊場所** 剣御前小舎

**集合場所** 12:00 室堂ターミナル ノースフェイスショップ前

<b>プログラム</b>	1日目	12:00 ↓ 15:30頃	集合後、装備等チェックし出発 剣御前小屋
	2日目	早 朝 ↓ 16:00頃	剣御前小屋 出発 剣岳登頂 剣御前小屋 へ到着
	3日目	朝 ↓ 12:00	朝食後、剣御前小屋を出発 室堂にて解散

**アクセス例** <東京方面から>

【行き】東京→長野→扇沢→黒部ダム / 黒部湖→黒部平→大観峰→室堂

※黒部平～大観峰間のロープウェーは、混雑時に長時間の待ち時間となる場合がございます。万が一、混雑の影響で集合時間に間に合わない可能性がある場合は、黒部平駅の係員に「集合時間」「山小屋まで移動しなければいけない」旨をご説明いただき、優先的に早いロープウェーに乗せて頂けないかお話し下さい。

【帰り】室堂→大観峰→黒部平→黒部湖 / 黒部ダム→扇沢→長野→東京

<富山・立山方面から>

【行き】立山→美女平→室堂 【帰り】室堂→美女平→立山



## ヨーロッパアルプス名峰登頂希望者向けトレーニングプログラム

モンブラン、アイガーなど憧れのヨーロッパアルプス名峰登頂を目指す方のためのトレーニングプログラムです。登頂成功に必要な体力・技術を正確に把握するところから、足りない部分のトレーニングまでをフォローし、登頂成功までの道のりをお手伝いいたします。



### Step 1 まずは自分の体力度・技術度を知りましょう！

#### 体力レベルチェック講習会@棒ノ嶺・岩茸石山・惣岳山縦走コース 日帰り

体力度●

日 程	2025年11月15日(土)	プログラム	8:00 集合後、バスにてさわらびの湯へ移動 9:11 さわらびの湯バス停より登山開始(龍泉寺登山口) 棒ノ嶺(棒ノ折山)方面へ。序盤は沢沿いを歩行、岩場の歩き方を話しながら進みます。 11:40 棒ノ嶺山頂 12:10 下山開始～岩茸石山へ縦走 14:30 岩茸石山 15:15 惣岳山(そうがくさん) 沢井駅・御嶽方面へ下山開始 17:00 JR御嶽駅 到着・解散
集合場所	8:00 西武池袋線「飯能駅」北口(さわらびの湯行きバス乗り場)		
講習費用	日帰り ¥13,000。(ガイド料、ガイド経費込)		
定 員	10名(最小催行人員5名)		
アクセス例	【行き】 東京 6:36 東京メトロ丸ノ内線普通池袋行 6:52 池袋 7:02 西武池袋線急行飯能行 7:51 飯能 8:22 西武バス 9:11 ノーラ名栗さわらびの湯		

#### 体力レベルチェック講習会@指沢山・惣岳山・御前山・クロノ尾山・鞘口山・愛宕山・奥多摩縦走 日帰り

体力度●

日 程	2025年12月13日(土)	プログラム	7:50 集合後、路線バスで奥多摩湖方面へ移動 8:02 境橋バス停着。トイレを済ませて、登山開始(境橋～指沢山) 急登区間での歩行フォーム、ペース配分などレクチャーしながら、休まず歩きます。 10:00 惣岳山 ハイドレーション管理、行動食の摂り方などをレクチャーしながら歩きます。 11:30 御前山(昼食は長時間取らず、適時行動食を食べます。) 13:10 クロノ尾山 14:10 鞘口山にて疲労時の姿勢調整・エネルギー、水分補給 15:15 愛宕山 16:30 奥多摩駅到着・解散
集合場所	7:50 JR「奥多摩」駅改札		
講習費用	日帰り ¥13,000。(ガイド料、ガイド経費込)		
定 員	10名(最小催行人員5名)		
アクセス例	【行き】 バスタ新宿 5:44 JR中央線快速高尾行 6:31 立川 6:35 JR青梅線普通青梅行 7:06 立川 7:07 JR青梅線普通奥多摩行 7:46 奥多摩 7:56 西東京バス、8:02 境橋		

### Step 2 岩稜帯トレーニングとして岩場の歩き方、ショートロープでの登山やローダウンを学びます。

#### 室内トレーニング講習会@クライミングパーク ストーンマジック

日 程	2026年1月17日(土) 2026年2月21日(土)	プログラム	10:30 集合後、ジム内で岩稜帯での基本的な動き方やショートロープ中の動き方を講習します。また登山靴で登り降りできる人口岩でも、練習します。 15:30 講習会、終了。
集合場所	10:30 クライミングパーク ストーンマジック		
講習費用	日帰り ¥11,000。(別途施設利用料がかかります)		
定 員	6名(最小催行人員5名)		

#### 外岩トレーニング講習会@鹿沼岩山(栃木県)

体力度●

日 程	2026年1月18日(日) 2026年2月22日(日)	プログラム	9:20 東武鉄道「新鹿沼駅」改札集合後、鹿沼岩山へ歩いて移動。 9:50 鹿沼日吉神社着 ※途中にコンビニがあります。 山の中に入り、岩稜帯をバランスよく手足を使って上り下りのトレーニング。ショートロープやローダウンに慣れて頂きます。 15:00 鹿沼日吉神社まで戻り、新鹿沼駅まで歩きます。 15:30 新鹿沼駅で解散です。
集合場所	9:20 東武スカイツリーライン「新鹿沼駅」改札		
講習費用	日帰り ¥14,000。(ガイド料、ガイド経費込)		
定 員	4名(最小催行人員2名)		
アクセス例	【行き】 浅草 7:50 東武鉄道特急スーパースタ X1 号東武日光行 9:14 新鹿沼 立川 7:31 JR 湘南新宿ライン特急日光 21 号東武日光行 9:03 新鹿沼		

Step 3

雪岩ミックストレーニングとしてアイゼン歩行を学びます

トレーニング講習会@長野県・北八ヶ岳エリア

体力度●

- 日程

2026年3月28日(土)  
2026年3月29日(日)
- 集合場所

10:40 北八ヶ岳ロープウェイ山麓駅1階 バス停付近
- 講習費用

日帰り ¥17,000.  
(ガイド料、ガイド経費、北八ヶ岳ロープウェイ往復チケット代込)
- 定員

8名(最小催行人員5名)
- アクセス例

【行き】茅野駅西口バスのりば② 9:40 路線バス北八ヶ岳ロープウェイ行 10:39  
北八ヶ岳ロープウェイ

【帰り】北八ヶ岳ロープウェイ 15:45 路線バス 16:37 茅野駅

【お車】茅野駅前駐車場または北八ヶ岳スキー場の駐車場がござ  
いますが、事前に各自で混雑状況をご確認ください。お時間に  
は余裕をもってお越しください。

プログラム	10:40	集合後、ガイドと一緒にロープウェイで上がります。アイゼンの上手な履き方、基本的な歩き方を解説。その後、いろいろな状況の雪面を歩きます。徹底的にアイゼン歩行に慣れるようたくさん歩きます。 ※降雪状況を見て、トレーニングに良い方向に歩きます。ミツ岳や鍋枯山など。
	15:30	ロープウェイ山麓駅で解散です。
	15:45	バスの方は15:45発の最終バスにご乗車ください。

Step 4

日本の山でヨーロッパアルプスを想定したシミュレーションを行います

モンブラン・マッターホルン・アイガーを想定し、集中力を切らさずに岩と雪のミックス帯を登ります。疲労時でも集中力を切らず歩ける体力、ショートループやアイゼン歩行など、いままでのトレーニングを活かして登ります。

【モンブラン・マッターホルン・アイガー】北アルプス・剣岳(2,999m)別山尾根ルート3日間

体力度4

- 日程

2026年5月15日(金)～17日(日)  
2026年5月22日(金)～24日(日)  
2026年5月29日(金)～31日(日)  
2026年6月5日(金)～6月7日(日)
- 講習費用

【モンブラン】3日間 ¥130,000.(宿代込)  
【マッターホルン・アイガー】3日間 ¥220,000.(宿代込)
- 定員

【モンブラン】2名(最少催行人員2名)  
【マッターホルン・アイガー】1名(最少催行人員1名)

集合場所

12:00 室堂ターミナル ノースフェイスショップ前

プログラム	1日目	12:00 ↓ 15:30頃	集合後、装備等をチェックし出発 剣御前小屋
	2日目	早朝 ↓ 16:00頃	剣御前小屋 出発 剣岳登頂 剣御前小屋 へ到着
	3日目	朝 ↓ 12:00	朝食後、剣御前小屋を出発 室堂にて解散

- アクセス例

《東京方面から》  
【行き】東京→長野→扇沢→黒部ダム / 黒部湖→黒部平→大観峰→室堂  
※黒部平～大観峰間のロープウェイは混雑時に長時間の待ち時間が発生します。集合時間に間に合わない可能性がある場合は事情をご説明いただき、優先的に乗せていただけないかお話し下さい。  
【帰り】室堂→大観峰→黒部平→黒部湖 / 黒部ダム→扇沢→長野→東京  
《富山・立山方面から》  
【行き】立山→美女平→室堂  
【帰り】室堂→美女平→立山

【マッターホルン・アイガー】前穂北尾根 2日間

体力度4

- 日程

2026年5月2日(土)～3日(日) 予定  
2026年5月4日(月)～5日(火) 予定
- 講習費用

2日間 ¥160,000.(宿代、ガイド経費込み)
- 定員

1名
- アクセス例

《公共交通機関の方》  
新宿、渋谷、二子玉川など(高速バス)→上高地バスターミナル  
※毎日あるベン号、さわやか信州号の夜行便が便利です。名古屋からは名鉄バスもご確認下さい。  
JR松本駅(松本電鉄)→新島々駅(路線バス)→上高地  
高山バスセンター(路線バス)→平湯温泉(シャトルバス)→上高地  
《お車の方》  
長野自動車道 松本IC→沢渡駐車場(路線バス)→上高地  
高山IC→あかんだな駐車場(路線バス)→上高地

宿泊場所

潤沢ヒュッテまたは潤沢小屋

集合場所

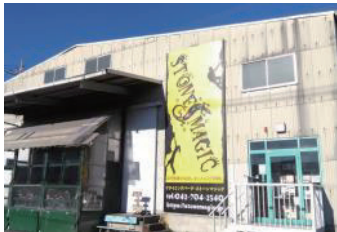
9:00 上高地インフォメーション前

プログラム	1日目	9:00 15:30頃	集合後、宿泊する山小屋へ向かいます。 小屋に到着。 ガイドから翌日の注意点やアナウンスなど。
	2日目	早朝 15:00頃	出発時間はガイドが決めます。前穂高岳北尾根にてトレーニング。潤沢～北尾根5・6のコース～前穂高岳～重太郎新道～岳沢～上高地のコースを辿ります。 上高地インフォメーション前で解散です。

## ストーンマジックプラン



首都圏最大級のクライミングジム「ストーンマジック」。  
ボルダリングはもちろん、トップロープ、リードクライミング、そして登山靴でも登れるアルパインピナクルなど、さまざまなクライミングが楽しめるクライミングパークです。  
AGとストーンマジックが提携しAGで冒険にチャレンジする人のためのトレーニングプログラムを実施します。



### 登山靴を使った

### アルパインクライミングのためのトレーニング

(3名から催行)

3時間 ¥12,000 / 1人

アルパインピナクルを使った、モンブラン、マッターホルン、アイガーなどを想定した登山靴での練習です。国内の夏山・雪山Ⅱ以上、雪岩ミックス、岩稜登攀ルートのプレ・トレーニングとしても有効です。

### 氷河上でのクレバスレスキュー技術と

### フィックスロープトレーニング

(2名から催行)

3時間 ¥17,000 / 1人

氷河上での自己脱出、引き上げ方法等を講習します。また、高所登山などのフィックスロープをアッセンダーを使った通過方法などを講習し、繰り返しトレーニングします。

プライベートプランも受け付けます。ご相談ください！

### アクセス

〒252-0234

神奈川県相模原市中央区

共和 3-10-20

TEL.042-704-2340

FAX.042-704-2341

#### 【公共交通機関でお越しの方】

○JR横浜線、湘野辺駅より徒歩15分

○小田急線相模大野駅より

相 02「相模原駅」行バスで「共和」バス停より

徒歩2分

#### 【お車で越しの方】

○横浜町田インターチェンジより、

国道16号線を八王子方面に約15分

○八王子バイパス相模原インターチェンジより、

国道16号線を横浜方面に約15分

●駐車場

隣接敷地に15台

国道16号湘野辺十字路口から町田方面へ900m、

かつやの裏



イベントなどの最新情報はHPから  
<http://stonemagic.jp/>



## プライベートガイドプラン

講習会の日程が合わない。自分の登りたい山がツアーにない。仲間同士で気ままにガイド登山を楽しみたい。ご自身の遠征登山等の事前練習、シミュレーション登山をしたい。プライベートガイドは如何ですか。皆様のご要望に合わせてアレンジします。ご相談ください。

### ガイド料金表

※ガイド1名・ゲスト1名・1日あたりの料金です。人数が増えるごとに割増料金がかかります

※山小屋代、登山口までの交通費等のガイド諸経費を別途ご負担いただきます。

※テント山行、ビバークの場合は別途ご相談ください。

※ガイドとは現地集合・解散です。

※⑧⑨の区別はルートにより判断しております。

例)ジャンダルム、西穂高岳は⑨となります。

※お客様の登山レベルによりお受けできない場合もございます。

#### A ロープを使わない登山

無積雪期	¥44,000	ガイド1名に対する最大人数：(無積雪期)8名／(積雪期)6名 ゲスト追加による割増料金：1名につき10% 例)2名の場合 44,000×1.1=¥48,400
積雪期	¥55,000	

#### B ロープを使う登山

無積雪期	¥55,000	ガイド1名に対する最大人数：3名(登山の難易度により変動します) ゲスト追加による割増料金：1名増で30%／2名増で50% 例)3名の場合 55,000×1.5=¥82,500
積雪期	¥66,000	

#### C ロープを使う難しい登山

無積雪期	¥77,000	ガイド1名に対する最大人数：2名 ゲスト追加による割増料金：1名増で50% 例)2名の場合 77,000×1.5=¥115,500
積雪期	¥88,000	

#### D 外岩クライミング講習会(トップロープ)

無積雪期	¥55,000	ガイド1名に対する最大人数：6名 ゲスト追加による割増料金：1名増で10% 例)2名の場合 55,000×1.1=¥60,500
------	---------	--

#### 【プライベートガイドのキャンセル料に関して】

登山開始日の3週間前～3日前 50%

登山開始日の前々日～前日 75%

当日、無連絡不参加の場合 100%

#### 【悪天候等の予期できない事由により山行を中止・変更する場合】

ガイドが自宅を出発する前に中止…ガイド料を全額返金します。

集合時点で中止……………ガイド料の75%を返金します。

登山、講習開始後……………ガイド料の返金はありません。

ルート等の変更……………ガイド料の変更はありません。

※山小屋、飛行機などのガイド交通費のキャンセル料等が発生する場合は、実費をご請求させていただきます。



## AG 関係の書籍を紹介します

### 「ゆっくりたのしむ山歩き」

古谷聡紀 永岡書店 ￥1,200.

AGの古谷が、初めて山歩きをする人向けにHOW TO本を作りました。初歩の初歩から解説しています。なぜ、そのようになるのか、なぜそのようにすべきなのかにポイントをおいて、解りやすく説明しています。ベテランの登山者も原点に返って読んでみて下さい。



### 「エベレスト登れます」「ぼくは冒険案内人」

アドベンチャーガイズが設立されて、20年目に突入しました。この本はいわば今までAGがコンセプトとして頑張ってきたことが集約された本です。是非、読んでください!!

産業編集センター ￥1,300.

山と溪谷社 ￥1,400.



### 「雪山100のリスク」

近藤謙司 文・監修 山と溪谷社 ￥1,700.

雪崩、転滑落、道迷い、低体温症など…、雪山で実践すべき、さまざまなリスクマネジメントを解説。登山者、バックカントリースキーヤーとスノーボーダーにも必読の一冊です。



※電子書籍化されています。

### 「BC レスキュー DVD BOOK」

近藤謙司 監修 スキージャーナル ￥3,200.

山岳エリアで起きたケガや事故。特に雪崩から自分や仲間を救助し、第三者レスキューに引き渡すために必要な知識や方法を映像とテキストで解説。BCスキー&ボーダーは必読です。



### 「バックカントリースキー&スノーボード」

近藤謙司 共著 山と溪谷社 ￥1,900.

テレマーク、アルペン、スノーボード、ゲレンデ外=バックカントリーの雪山を滑るためのテクニックを収録。用具の解説、滑走テクニック、リスクの対応など、総合的なテキストになっています。



近くの書店で手に入らない方は、AGでも販売しています。ご希望の方は郵送しますので、ご一報下さい。

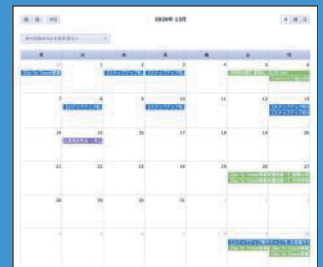
電子ブック化されている書籍もございます。お問い合わせ下さい。

## AGイベントカレンダー

### イベントカレンダー >>>

AGウェブサイトにも便利なイベントカレンダーができました。国内での講習会やイベントの情報をカレンダーを見ながら探すことができます。来月は山に行きたいな〜というときなど、ぜひご利用ください。

右のQRコードよりご覧いただけます。



### ツアー&講習会申込条件 \* 申込み前に必ずお読み下さい。

- \* 天候、ルート、積雪の状況等によって、目的地、ルート、宿泊場所等が変更になる場合があります。また、現地での判断は、安全を第一に考えガイドが行います。ガイドの判断には必ず従って頂きます。予めご了承下さい。
- \* 講習開始後、山岳ガイドに著しく技術、体力が不足すると判断された場合はその時点で下山して頂きます。安全地帯にご案内した時点で、講習を終了します。この場合、講習費の返金、変更はございません。
- \* 講習費には現地までの交通費、現地に必要な交通費は含まれません。
- \* 申込みは各講習会開始日の15日前までです。講習代金は講習の15日前までにお支払い下さい。また15日を割った申し込みでも、状況によって受け付け可能な場合があります。お問い合わせ下さい。
- \* 講習会の最少実施参加人員はコースごとに異なります。参加者が満たない場合は講習会を中止する事があります。この場合、講習会開始日の前日から起算してさかのぼって13日目までに決定して参加者に連絡します。
- \* 出発の1週間前に集合場所、時間、装備等をご案内する最終案内書をお送りします。

- \* 集合場所、時間に遅れる場合は時間前に緊急連絡先にご連絡ください。連絡がない場合は、参加取消し扱いになることがあります。
- \* 最終案内書の装備リストをご覧になり装備をお持ち下さい。集合場所で装備に不備があった場合は、参加をお断りすることがあります。この場合は参加の取り消し扱いとなり、規定の取消料を申し受けます。
- \* 雪山登山、岩登り、氷登り、バリエーション、バックカントリーのコースは登山割増付き旅行傷害保険の加入を参加の条件とさせて頂きます。(お申込時にご案内書をお送り致します。)
- \* お申込後、お客様のご都合で講習会の参加を取消される場合は右表の取消料を申し受けます。

取 消 料	日帰り	2日間以上
21日前まで	無 料	無 料
11日前まで	無 料	講習費の20%
8日前まで	講習費の20%	講習費の20%
2日前まで	講習費の30%	講習費の30%
前 日	講習費の40%	講習費の40%
当 日	講習費の50%	講習費の50%
無連絡不参加	講習 100%	講習費の100%

### 旅行条件 (要旨) \* ご契約の際は必ず旅行条件書(全文)をご覧いただき、事前にご確認の上、お申し込みください。

■募集型企画旅行契約：この旅行は(株)アドベンチャーガイズ(以下「当社」)が企画・実施する旅行であり、お客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」という)を締結することになります。また、旅行条件は、別途お渡しする旅行条件書(全文)、出発前にお渡しする最終案内書と称する確定書面及び当社旅行業務取扱募集型企画旅行契約の部によります。

■旅行のお申込み及び契約成立時期：所定の申込書に所定の事項を記入し、下記の申込金を添えてお申込み下さい。

■特別補償：当社は、当社又は当社が手配を代行させた者の故意又は過失の有無にかかわらず、募集型企画旅行約款別紙特別補償規程に基づき、お客様が募集型企画旅行参加中に急激かつ偶然な外来の事故により、その身体、生命又は手荷物上に被った一定の損害について、予め当社約款特別補償規程に定める全額の範囲において、補償金又は見舞金を支払います。

■旅行条件・代金の基準：この旅行条件は2025年11月1日を基準としています。又、この旅行代金は2

025年11月1日現在の有効なものとして公示されている運航空運賃・適用規を基準として算出しています。

■その他：(1)旅行代金は特に記載のない限りお一人分を表示しています。(2)当社はいかなる場合も旅行の再実施はいたしません。総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に際し担当者からの説明に不明な点があれば、ご遠慮なく下記に示す旅行業務取扱管理者にお尋ね下さい。

総合旅行業務取扱管理者 近藤謙司

# Team Adventure Guides チームアドベンチャーガイズ

## 近藤謙司 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



チョモランマ冬季北壁最高地点到達などの記録を持つ。チョー・オユー峰では、世界最高齢の女性をガイドし山頂に導く。アルプスではマッターホルンなどの山岳ガイドとして活躍。東宝映画「植村直巳物語」で映画にも出演。

## 佐藤 優



日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド NZLでヘリスキーガイドとして、アバランチセーフティーマネジメント1取得。帰国後スキーパトロール、海外ツアーリーダー、最近は国内の山も数多くガイド。穏やかなガイドで老若男女問わず人気。特技・かまくり作り。

## 北村俊之 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



ブロードピーク三山無酸素アルパインスタイル縦走、チョー・オユー無酸素単独登頂など。8,000m 峰を6座登頂、うち5座は無酸素登頂。現在は、毎年、世界の高峰をガイドしている。立山ガイド協会所属の国際山岳ガイド。

## 林 信之 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



白馬・岩岳の林ペンションのオーナー。白馬のローカルならではのルートに案内します。温厚でやさしいガイド振りは老若男女問わず人気抜群。北アルプス遭難対策協議会救助隊員でもあり、地元でのネットワークは万全。

## 山本道夫 日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド



安曇野をベースに北アルプスや信越の山々を中心に活動している若手ガイド。ニュージーランドでのハイキングガイドの経験を活かし、植物を楽しみながら歩くことをモットーにしている。高山植物が得意。

## 石島竜平 日本山岳ガイド協会認定登山ガイド



安曇野をベースに北アルプスや信越の山々を中心に活動している若手ガイド。ニュージーランドでのハイキングガイドの経験を活かし、植物を楽しみながら歩くことをモットーにしている。高山植物が得意。

## 古谷聡紀 日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド



スキーとトレッキングのガイドとしてグリンドルワルト、ツェルマットに5年間の在住。その後、世界中の山々を歩く。山岳・スキー雑誌のライター、アルプスに関するガイドブックも執筆。海外のスキー場は、70ヶ所以上を滑っている。

## 杉本水生 日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド



BCを中心に若手ガイドのリーダー的存在。ヨーロッパアルプスに在住経験もある国際派ガイド。気さくな人柄で、楽しいツアーへの演出が得意。スキーの腕前は一級。冬はバックカントリーツアーのガイドを中心に活動中。

## 山岸慎英 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



白馬に育ち、ヨーロッパアルプス・シャモニでクライミングを学んだ、新進気鋭の国際山岳ガイド。ヨーロッパアルプスはもちろん、近年はヒマラヤ、南米の高所登山も案内。バックカントリーのガイドとしても活動している。

## 今井 晋 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



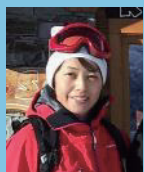
北海道小樽をベースに、山でのクライミングと山の中のスキーが得意分野。個人的には、あまり情報のないエリアやオンサイトを好み、未だに山への憧れを捨てきれず、海外遠征継続中。モットーは、「夢をもって山に登ろう!」

## 高月弘子 日本山岳ガイド協会認定登山ガイド



水上を中心にネイチャーウォーク、スノーハイキング、夏はスイスに渡りハイキングガイドとしても活躍。休みを見つけてはスイスの名峰に挑む。自然観察の知識が豊富で普通のハイキングコースでも彼女と歩くと発見がいっぱい。

## 宮川由佳 日本山岳ガイド協会認定登山ガイド



ツェルマット、クールマイユール観光協会で6年間ハイキング、スキーガイドとして勤務。山上でも食事に関する嗅覚には自信あり。お客様とのコミュニケーションを大切に、初めての方、一人参加の方にも安心して楽しんで頂けるよう頑張ってます。

## 大蔵喜福 日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド



椎名誠のあやしい探検隊では「タウシ髭の大蔵」として登山隊長を。マッキンレーには17回登頂。ガイドとしては毎年8,000m峰の頂上に多くの登山者を導く。登山以外にもカヌー、熱気球等、多方面の冒険で活躍。著書も多数。

## 梶山宝伸 日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド



新進気鋭の若手ガイド。フリーからアルパイン、アイスクライミングまで幅広く活動。海外登山の経験も豊富で、ヒマラヤなど高所登山のガイドもこなす。いつもさわやかな笑顔で、安定感抜群のガイド振りは人気が高い。

## 杉坂 勉 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



四季を問わずアルパインクライミングからBCまでマルチに活動。2014年より国際山岳ガイドに認定され、ヨーロッパなど海外でのガイドも可能になりました。マンツーマンでのガイドを基本に、少人数でのきめ細かいガイディングが持ち味です。

## 黒田 誠 日本山岳ガイド協会認定国際山岳ガイド



基本的に忠実なクライミングと、基礎をすっ飛ばして応用から入ったスキーで四季を通じてガイド活動を行っています。講習会では、理系らしい理論的な説明を心がけております。どちらかと言えば、乾いた岩登りが得意です。

## 峯岸健一 日本山岳ガイド協会認定登山ガイド



冬はBCスキー、夏は沢登りのガイドを行っている。マッキンレー山頂からのスキー滑降やヨーロッパアウトルートなどスキーをメインに活動中。カナダやスイスで得た経験を元にお客さまを楽しませるガイディングがモットーです。

## 山保浩司 日本山岳ガイド協会認定登山ガイド



カナダ駐在の後、ヨーロッパに渡り8年間、現地旅行会社にてスイス、イタリア、オーストリアを中心にスキーガイド、ハイキングガイドとして活動。新天地を求め日本に逆輸入。お客様への最高のサービスを目指します。

\*ここに掲載以外の山岳ガイドが同行する場合がございます。予めご了承ください。

お問い合わせ・お申し込みは…

株式会社アドベンチャーガイズ

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋2-9-6 東西館ビル本館43号室

☎ 03-5215-2155

📠 03-3288-3211

🌐 <https://adventure-guides.co.jp/>

✉ [info@adventure-guides.co.jp](mailto:info@adventure-guides.co.jp)



【営業時間】月曜から金曜 11:00-17:00

【休業】土曜・日曜・祝日

総合旅行業取扱管理者 近藤謙司  
観光庁長官登録旅行業第1713号(社)日本旅行業協会(JATA)正会員

講習会&ツアー参加費用振込先

口座名: 株式会社アドベンチャーガイズ

三菱UFJ銀行 神保町支店 口座番号1258952