

信州合宿 丸林班

1日目 8/23 土 さいたま-秩父 65km 510up

R463-r113-r15-R299

買：ヤオコー秩父上野町店 9:30-22:00 0494-21-2311

湯：武甲温泉 10:00-22:00 0494-25-5151 700円

宿：武甲温泉 6000円

みどころ 秩父

2日目 8/24 日 秩父-佐久 94km 1990up

R299-r37-r71-R462-R299-R141

買：デリシア中込店 9:00-23:00 0267-64-2010

湯：洞源湖温泉 クアハウス佐久 10:00-22:00 0267-63-3333 700円

宿：佐久イン清水屋旅館 0267-63-1133 3800円

みどころ 渋峠 星 臼田宇宙空間観測所 海から一番遠い場所

3日目 8/25 月 佐久フリー

コインランドリー中込原

4日目 8/26 火 佐久-立科 68km 1880up

R141-r480-R299-r192-r40

買：A コープピアみどり店 9:30~20:00 0266-82-2200 定休日:年に数回いずれかの水曜日

ザビッグ茅野店 7:00~22:00 0266-82-3211

湯：白樺湖すずらの湯 12:00-21:00 0266-68-3424 700円

宿：立科白樺高原ユースホテル 0267-55-6601 3200円

みどころ 麦草峠 湖

5日目 8/27 水 立科-嬭恋 61km 1500up

r40-r94-つまごいパノラマライン

買：ツルヤ滋野店 9:30-20:00 0268-64-3911

湯：嬭恋高原温泉 つつじの湯 0279-98-0930 600円

宿：バラギ高原キャンプ場 0279-96-0490 一人 1000円

みどころ 湯の丸高原

6日目 8/28 木 嬭恋-中野 74km 1650up

つまごいパノラマライン-R292

買：西友中野駅前店 24h 0269-23-3333

湯：湯田中駅前温泉 楓の湯 10:00-21:00 0269-33-2133 300 円 定休第1火曜日

宿：ホテルルートイン中野 0269-24-5300 5175 円

みどころ キャベツ 草津 湯田中

7日目 8/29 金 中野-上田 57km 1060up

R292-R403-R406-R144

買：イオン上田店 7:00-23:00 0268-29-8181

湯：宮桜の湯 15:00-22:00 0268-22-5678 400 円 定休月曜

宿：上田第一ホテル 0268-23-0011 5900 円

洗濯名人上田店 6:00-23:00 0268-75-0075

みどころ 上田城

8日目 8/30 土 上田-諏訪 79km 2130up

R18-R152-r62-r464-r460-r194-r40

買：西友 諏訪城南店 24h 0266-52-9111

湯：片倉館 10:00-21:00 0266-52-0604 650 円 定休第2・第4火曜日

宿：ホテルルートイン上諏訪 0266-53-0500 7500 円

みどころ 美ヶ原 霧ヶ峰 湖 片倉館

9日目 8/31 日 諏訪フリー

10日目 9/1 月 諏訪-飯田 81km 770up

r50-r14-R153-

買：西友飯田店 24h 0265-56-6011

湯：殿岡温泉 湯元 湯～眠 24h 026-28-1111 700 円

宿：殿岡温泉 湯元 湯～眠 5660 円

コインランドリーしゃぼん飯田店 7:00-23:00

みどころ 飯田城

11日目 9/2 火 飯田-木曽 76km 1760up

r8-R256-R19

買：イオン木曽福島店 0264-23-3388 7:00-22:00

湯：せせらぎの四季 10:00-21:00 0264-24-2626 700 円 定休水曜

宿：自由旅クラブ 木曽三河家 0264-24-3332 3980 円

みどころ 寢覚ノ床

12日目 9/3 水 木曾-高山 78km 1210up

r20-R361

買：スーパーマーケットバロー高山店 10:00-21:00 0577-36-5111

湯：ひだまりの湯 7:30-23:30 1 0577-37-4126 100 円

宿：ひだまりの湯 2300 円

みどころ 高山城

13日目 9/4 木 高山フリー

コインランドリーSUN 高山駅前店 6:00-24:00

14日目 9/5 金 高山-松本 65km 2240up

R158-r5-r84

買：全日食チェーンモンマートなかちょう 0577-78-1007 8:00-21:00

湯：湯けむり館 午前 9:30～午後 9:00 0263932589 720 円 定休第三火

宿：乗鞍高原温泉ユースホステル 0263-93-2748 4430 円

みどころ 乗鞍岳

15日目 9/6 土 松本-松本 82km 960up

林道安曇奈川線-r26-R19

買：イトーヨーカドーアリオ松本店 10:00-21:00 0263-36-2311

湯：瑞祥 松本館 6:00-24:00 0263-29-2686 680 円 定休第三火

宿：横田温泉梧三荘 0263-32-2469 3800 円

みどころ 松本城

16日目 9/7 日 松本フリー

870km 17500up

費用：7万くらい

着ているもの+3着

海なし、観光ほぼなし、のぼりが好きな人向け

プラン変更大歓迎

