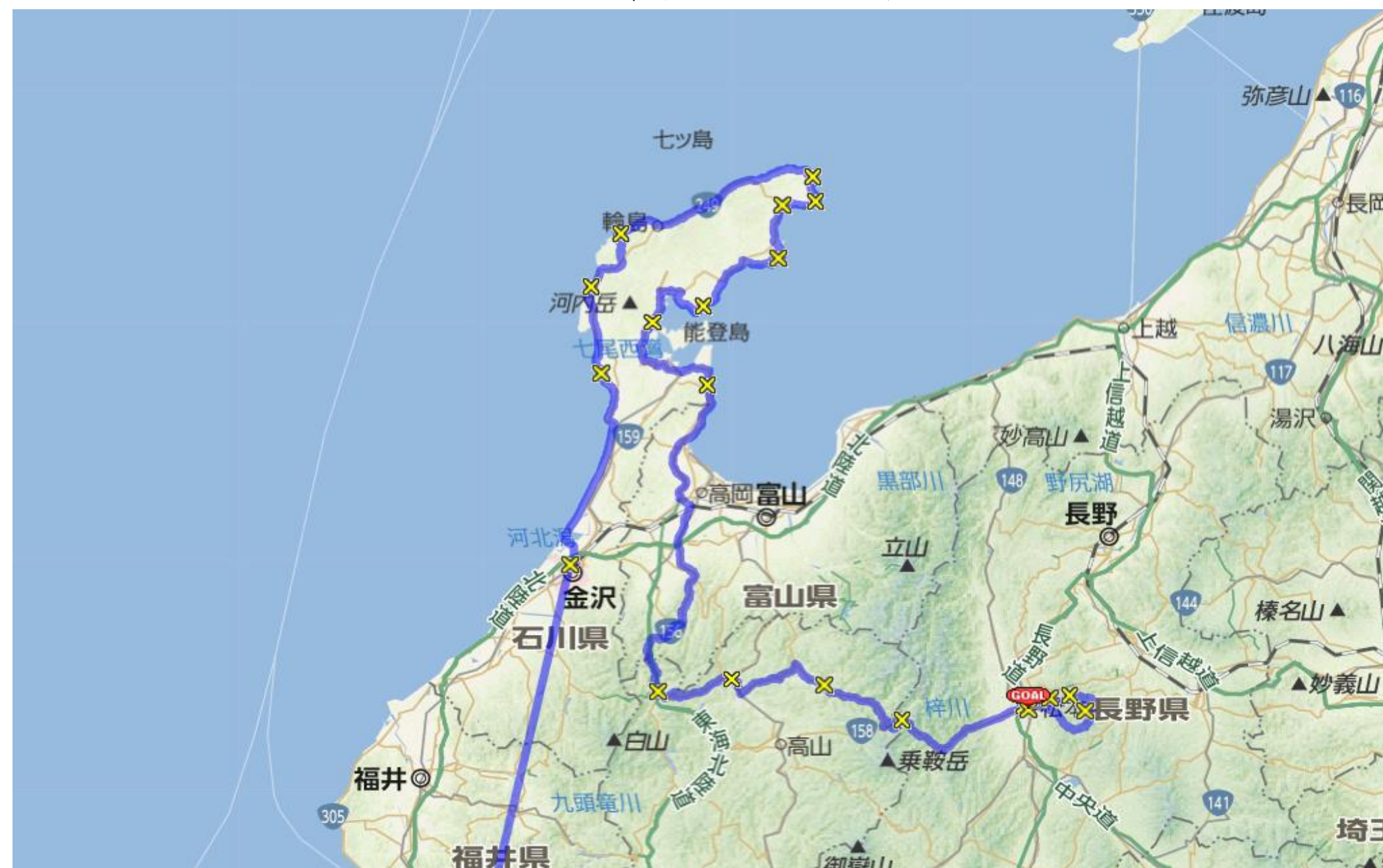


| 夏合宿 土井班 |    |                 | 予算     |       | 総走行距離(km)                            |         | 総up(m)                      |                          | 着替え  |                                |                           |                              |
|---------|----|-----------------|--------|-------|--------------------------------------|---------|-----------------------------|--------------------------|--|--------------------------------|---------------------------|------------------------------|
|         |    |                 |        |       | 1041                                 |         | 15351                       |                          | 着ているもの+4着                                  |                                |                           |                              |
| 日程      | 日数 | 目的地             | 距離(km) | UP(m) | ルート                                  | √       | 観光等                         | 買い出し                     | 風呂   | 宿泊                             | 公園                        | ランドリー                        |
| 8月19日   | 1  | 和歌山集合           |        |       |                                      |         | 1~5は大友班と一緒に                 | 業務スーパー和歌浦店               | 神明湯 073-423-6484<br>15~23時 380円            | ゲストハウス再花                       | 片男公園                      |                              |
| 8月20日   | 2  | 和歌山<br>橋本       | 52.6   | 214   | r14-R24                              | atch?id |                             | 業務用スーパー橋本隅田店<br>9-20時    | きらくゆ 橋本店 0736-42-5593<br>10~24(23)時 650円   | 中川旅館                           | 上野公園<br>(杉村公園)            |                              |
| 8月21日   | 3  | 橋本<br>龍神        | 76.3   | 2056  | R371                                 | atch?id |                             | スーパーセンターオークワ橋本店<br>9-24時 | 龍神温泉元湯 0739-79-8688<br>7~21時 700円          | 龍神温泉元湯<br>0739-79-8688         | 道の駅 龍神                    |                              |
| 8月22日   | 4  | 龍神<br>熊野        | 81.2   | 1004  | R311                                 | atch?id | つば湯(世界遺産)<br>谷瀬のつり橋         | ヤマザキショップ<br>8~19時        | 湯の峰温泉公衆浴場 0735-42-0074<br>6~22時 250円       | 民宿すみや<br>0735-42-0097          | 川湯野宮場木魂の里<br>0735-42-1168 |                              |
| 8月23日   | 5  | 熊野<br>串本        | 88.7   | 713   | R168-R42                             | atch?id |                             | オークワ串本店<br>24h           | 串本温泉浴場サンゴの湯 0735-62-2001<br>11~21時 410円    | 民宿はし抗<br>0735-62-1163          | 潮岬キャンプ場<br>0735-62-0557   | コインランドリーグラット<br>0735-62-3230 |
| 8月24日   | 6  | 金沢へ輪行<br>&半日フリー |        |       |                                      |         |                             | イオンタウン金沢示野<br>24h        | 金城温泉元湯 076-268-2601<br>6~24時 400円          | 自遊空間 野々市店<br>076-248-1230      | 西武緑地公園<br>(若宮中央公園)        |                              |
| 8月25日   | 7  | 金沢<br>輪島        | 103    | 615   | CR-r49-r249                          | atch?id | 21世紀美術館・兼六園<br>世界一長いベンチ・CR有 | Aコープとぎ店<br>10~19.5時      | 門前じんのびの湯 0768-42-2050<br>11~21時 510円       | 今村荘<br>0768-45-1318            | 道の駅 赤神<br>道下サンセットパーク      |                              |
| 8月26日   | 8  | 輪島<br>珠州        | 104    | 1164  | R249-r28-R249                        | tch?id  | ゴジラ岩                        | DAIMARU<br>9-20時         | 海浜あみだ湯 0768-82-6275<br>14.5~22.5時 420円     | 料理民宿 田崎荘<br>0768-84-1258       | 野々江総合公園<br>(道の駅狼煙)        |                              |
| 8月27日   | 9  | 珠州<br>七尾        | 122    | 1056  | R249-r284-r35-R249-<br>r34-R249-r1   | atch?id |                             | カジマート七尾パトリア店<br>9-20時    | ことぶき湯 0767-52-0541<br>14-22.5時 定休日(月金)     | ビジネス旅館 過雁荘                     | 道の駅 いおり                   | ランドリースポット宇出津<br>0768-62-0134 |
| 8月28日   | 10 | 七尾<br>白川郷       | 111    | 1199  | R160-r255-R156                       | atch?id |                             | J A ひだ白川支店               | 白川郷の湯 0576-96-0026<br>7~21.5時 0576-96-1053 | 民宿+エ門<br>05769-6-1053          | 道の駅 白川郷                   |                              |
| 8月29日   | 11 | 白川郷<br>奥飛騨      | 89.8   | 1883  | R360-R471                            | tch?id  |                             | Aコープ奥ひだ店<br>9~18時        | 荒神の湯<br>8~22時 志納                           | 奥飛騨温泉郷オートキャンプ場<br>0578-89-3410 | 道の駅 奥飛騨温泉郷                |                              |
| 8月30日   | 12 | 奥飛騨<br>上高地      | 32.8   | 1284  | R471-R158-r24                        | tch?id  | 釜トンネル注意                     | 森のリゾート小梨<br>7~18時        | 小梨の湯 0263-95-2321<br>12~19時 600円           | 森のリゾート小梨 ケビン<br>0263-95-2321   | 小梨平キャンプ場<br>0263-95-2321  | 平湯の森 8~23時<br>0578-89-3131   |
| 8月31日   | 13 | 上高地フリー          |        |       |                                      |         | 山登っても楽しい(足で)                | 森のリゾート小梨<br>7~18時        | 小梨の湯 0263-95-2321<br>12~19時 600円           | 森のリゾート小梨 ケビン<br>0263-95-2321   | 小梨平キャンプ場<br>0263-95-2321  |                              |
| 9月1日    | 14 | 上高地<br>松本       | 101.9  | 1808  | r24-R158-r485-r5-r84-<br>R158        | tch?id  | 乗鞍                          | ツルヤなぎさ店<br>9.5-20時       | 湯の華瑞祥 0263-29-2686<br>6~24時 680円 定休日(火)    | 自遊空間松本IC店<br>0263-47-8660      | アルプス公園<br>(あがたの森公園)       |                              |
| 9月2日    | 15 | 松本<br>松本        | 77.7   | 2355  | R143-r62-r464-r178-<br>r460-r67-R158 | tch?id  | 王ヶ頭・美しの塔<br>キツイ人はフリーも可      | ブレ打ち                     | 湯の華瑞祥 0263-29-2686<br>6~24時 680円 定休日(火)    | 自遊空間松本IC店<br>0263-47-8660      | アルプス公園<br>(あがたの森公園)       |                              |
| 9月3日    | 16 | 松本フリー           |        |       |                                      |         |                             |                          |  |                                |                           |                              |

前半(1~6日目)



後半(7~16日目)



| 時刻    | 駅名      | 時刻表 | 地図 | ホテル |
|-------|---------|-----|----|-----|
| 05:48 | 串本      | 時刻表 | 地図 | ホテル |
| 07:07 | 紀伊田辺    | 時刻表 | 地図 | ホテル |
| 09:02 | 和歌山     | 時刻表 | 地図 | ホテル |
| 10:30 | 大阪      | 時刻表 | 地図 | ホテル |
| 13:15 | 敦賀      | 時刻表 | 地図 | ホテル |
| 14:33 | 福井(福井県) | 時刻表 | 地図 | ホテル |
| 16:38 | 金沢      | 時刻表 | 地図 | ホテル |