

森林インストラクターが案内するリフレッシュハイキングのお知らせ

「初夏高尾山を歩く 健康ハイキング」

～新緑を訪ねて高尾山の溪流を歩く～



開催日 令和 7 年 6 月 11 日 (水) (予備日) 6 月 13 日 (金) *小雨決行

- (1) 集合 時間：午前 9 時 30 分 場所：京王高尾線高尾山口駅
- (2) 解散 時間：午後 2 時 30 分 (予定) 場所：ケーブル高尾山駅
- (3) 費用 1 人 500 円 (保険代含む) *当日持参
- (4) 定員 30 名 (多数抽選)
- (5) 対象 調布市在住・在勤・在学の 15 歳以上 (中学生を除く)
- (6) 持ち物 弁当, 飲み物, 手袋(軍手等), 雨具, 健康保険証, 筆記用具,
あれば双眼鏡またはルーペを持参 ※山を歩ける服装・靴でお越しく下さい。

(7) ルート

【登り往路】約 3.8 Km

高尾山口駅 (トイレ) ~ TAKAO599MUSEUM (開会式) ~ 登山道 6 号路入口 ~
琵琶滝 (5 分休憩) ~ 大山橋 ~ 高尾山山頂直下トイレ ~ 紅葉台 (昼食)
 «コースタイム» 高尾山口~紅葉台・・・2 時間



【下り復路】約 1.5 Km

紅葉台 ~ 高尾山頂 (599m) ~ ケーブル高尾山駅近く広場 (閉会式) ~
ケーブル高尾山駅 (解散)
 «コースタイム» 紅葉台~ケーブル高尾山駅近く広場・・・1 時間 30 分



(8) 雨天時 前日の午後 6 時まで決定いたしますのでお問合わせください。

(9) 申込方法 往復はがきまたは、スポーツ協会ホームページより申込み

【はがき記載内容】

<p>切手 往信 (宛名) 85 円</p> <p>※料金不足にご注意ください</p> <p>〒182-0011 調布市深大寺北町2-1-65 調布市総合体育館</p> <p>(公社)調布市スポーツ協会 「リフレッシュハイキング」係</p>	<p>返信 (ウラ面)</p> <p>※無記入</p>	<p>切手 返信 (宛名) 85 円</p> <p>※料金不足にご注意ください</p> <p>申込する本人の 「郵便番号」 「住所」 「氏名」+様</p>	<p>往信 (ウラ面)</p> <p>①事業名「リフレッシュハイキング」 ②氏名・ふりがな ③(西暦で)生年月日 ④性別 ⑤郵便番号 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧緊急連絡先 (事業中連絡の取れる番号) ⑨市外在住の方は、勤務先・ 学校名等を記載</p>
---	------------------------------------	---	--

(10) 申込期間 令和 7 年 4 月 20 日(日)~4 月 30 日(水) 必着

(11) 申込先 〒182-0011 調布市深大寺北町 2-1-65 調布市総合体育館内
(公社) 調布市スポーツ協会「リフレッシュハイキング係」

問合せ電話番号 042-481-6221



主催 公益社団法人調布市スポーツ協会 / 協力 森林インストラクター東京会