

2023 杉山野外塾オープニングイベント スプリングフェスタ

杉山野外塾スタッフと新緑の志賀高原を楽しみましょう！！

【日程】 6月10日(土)AM ~ 11日(日)AM

※9日(金)の前泊可能です。ご希望の方はご予約ください。

※10日PM~のご参加も可能ですが、10日AM~ご参加の場合と参加費は同額です。

【参加費】 スキーヤーズベッド男女別相部屋をご利用の場合の料金です。

◇プログラムに参加する方=¥15,000(1泊2食、ガイド料1.5日) ◇宿泊のみの方=¥12,000(1泊2食)

★夕食時、フリードリンク(アルコール飲料1,000円、ソフトドリンクのみ500円)ご希望の方は現地でお申し付けください(現地払い)。

★前泊(6/9の宿泊) スキーヤーズベッド男女別相部屋=2食付7,900円(夕食は18:00~) 朝食付5,900円

★個室ご希望の場合は部屋数に限りがございますのでお早目にお申込みください。

割増料金(1泊につき1名様) / シングル(洋室)3,000円、ツイン(洋室)1,500円、ツイン(洋室)のシングルユース3,500円、スキーヤーズベッドの1名利用2,000円

【宿舎】 スポーツハイム奥志賀 〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原 ☎ 0269-34-2551

バス停: 奥志賀 Gondola 前

★プログラムはフリーチョイス★ =各プログラムとも初心者~ご参加いただけます=

「ハイキング」「コンディショントレーニング/歩き方体験編」「自転車ツーリング(10日午後のみ)」の3つの中から、半日単位で1つ好きなプログラムをお選びください。お申込み時にお伺いいたします。※プログラムに参加せずに自由行動で楽しみたい方は宿泊のみで承ります。

【スケジュール】 ※プログラム内容は、当日の悪天候や状況に応じて変更する場合があります。

10日(土)	<p>昼食は参加費に含まれません。</p> <p>※レストラン サンクリストフをご利用いただけます。(営業時間/11:00~13:00)ご予約は不要です。</p> <p>午前集合 9:30 午後集合 13:00 / スポーツハイム奥志賀 プログラムごとにお楽しみください。</p>
AM・PM	<p>《ハイキング》白樺苑路や一の瀬方面せせらぎ遊歩道、大倉新道など、その日の最適なコースを歩きます。当日の天候、新緑の状況に応じて決定します。午前、午後ともにアップダウンの少ない行程を歩きます。</p>
AM・PM	<p>《コンディショントレーニング/歩き方体験編(定員10名)》スキー上達のための歩き方の基礎プログラムを体験。奥志賀の地形を駆使したさまざまなバリエーションの歩き方で、スキーのための身体の動かし方をトレーニング(ノルディックウォーキング・ストレッチング・ハイキングなど)。</p>
PMのみ	<p>《自転車ツーリング(定員8名)》新緑に包まれた景色を楽しみながら、奥志賀からカヤノ平まで自転車ツーリングをお楽しみください。走行は舗装道路のみ。カヤノ平からハイムは、社用車で戻ります。心地良い風を浴びて心身ともにリフレッシュ。(自転車レンタル代別途2,000円※マウンテンバイク・ヘルメット付き)</p>
18:30~	<p>グリーン期オープニングパーティー</p> <p>旬の山野草をふんだんに使った料理(根曲り竹、タラの芽、コシアブラ、行者にんにく、うるい、他)を囲み、楽しいひと時を。杉山進、杉山公信、スタッフも同席させていただきます。</p>
11日(日)	<p>プログラムごとにお楽しみください。</p>
8:30~	<p>《ハイキング》花の見ごろを選び前日とは異なるコースをご案内いたします(2.5時間程度)</p> <p>《コンディショントレーニング/歩き方体験編(定員10名)》スキー上達のための歩き方の基礎プログラムを体験。奥志賀の地形を駆使したさまざまなバリエーションの歩き方で、スキーのための身体の動かし方をトレーニング(ノルディックウォーキング・ストレッチング・ハイキングなど)。</p>
12:00頃	<p>解散 ※昼食をご希望の方はサンクリストフをご利用いただけます。前日(10日)に現地でご予約ください。</p>

【交通のご案内】

●急行バス(長野駅⇄志賀高原) ※志賀高原山の駅で急行バス⇄路線バスの乗換が必要です。

(奥志賀高原へお越しの際)

長野駅東口発	9:10	10:30
志賀高原山の駅着	10:21	11:41
志賀高原山の駅発	10:35	11:46
奥志賀ゴンドラ前着	10:58	12:09

(奥志賀高原からお帰りの際)

奥志賀ゴンドラ前	12:34	14:04
志賀高原山の駅着	13:01	14:31
志賀高原山の駅発	13:12	15:20
長野駅東口着	14:23	16:31

待ち時間が長いのでご注意ください。

【お申込み】

プログラムの定員の都合上、**電話申込み**での先着順となります。インターネットでの申込み受付はありませんのでご了承ください。

コンディショントレーニングと自転車ツーリングは、定員に達した場合はご参加いただけませんが、ハイキングは定員を設けておりませんので満員となることはありません。

◇申込受付=5月19日(金)正午12:00～ TEL.03-3562-5988

申込締切り=6月7日(水)17:30

5/19～6/7は、平日17:30まで電話受付いたします。

※お電話でお申込み後、マイページをおもちの方はご予約内容をマイページに反映いたします。お支払はお振込みでお願いいたします。クレジットカード決済はご利用いただけませんので予めご了承ください。

※杉山スクール(野外塾)に参加されたことがない方(マイページをおもちでない方)は、お申込み前に当社ホームページより会員登録していただけますとお申込み手続きがスムーズです。

<https://sugiyama-travel.com/membership/>

全国旅行支援(信州割 SPECIAL)について

・信州割 SPECIAL の取扱旅行会社に配分されている予算額が上限に達したため、スギヤマトラベルでの取扱いは終了いたしました。(スプリングフェスタへの割引適用はありません。)

・スポーツハイム奥志賀では前泊(6/9)のみ先着10名様分を信州割の割引適用で販売いたします。ご希望の方は詳細をご確認のうえ、スポーツハイム奥志賀へご予約ください。

スポーツハイム奥志賀 信州割 SPECIAL [詳細はこちら>>>](#)

旅行企画・実施 お申込み/お問合せ=株式会社スギヤマトラベル TEL.03-3562-5988

電話受付時間:平日11:00～17:00(5/22～9/29) ※5/19～6/7は平日17:30まで

土・日・祝・お盆・年末年始は休業

〒104-0061 東京都中央区銀座1-6-11 土志田ビル 8F

東京都知事登録旅行業第2-3373号(一社)全国旅行業協会正会員

現地連絡先:スポーツハイム奥志賀 ☎ 0269-34-2551