

# 紅葉トレッキング

## 梵珠山～馬ノ神山～空沼縦走コース

梵珠山周辺を約 10km 歩き秋を満喫します。

**健脚者向けコースです。**

- 期 日 令和3年10月24日(日)
- 受付 県立自然ふれあいセンター
- 対象 6時間程度の運動ができる方(健脚向き)
- 定員 15名(応募者多数の場合抽選)
- 参加料 無料
- 持ち物 野外活動にふさわしい服装(降雨・寒さに対応)  
昼食・飲み物・雨具(必ず)・汗拭きタオル・行動食  
手袋・敷物・常用薬・着替え(下山後センター内で着替え可能)

### 日 程(状況により時間が前後する場合があります)

- 8:15～ センター受付
- 8:30～ センター出発～梵珠山山頂～馬ノ神山
- 12:00～ 昼食・休憩(馬ノ神山)
- 12:30～ 馬ノ神山～魔ノ岳～空沼～センター
- 16:00 センター着・解散

**※ 空沼からセンターへはバス移動**



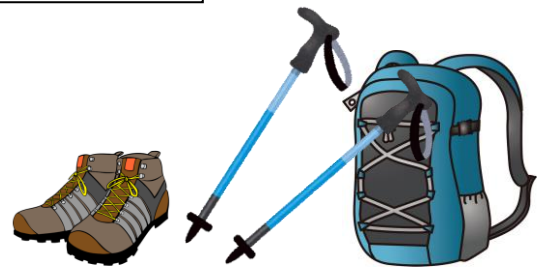
馬ノ神山

### ◇ 注意

- トイレは寺屋敷広場までありません。
- キャンセルをされる方は早めにお知らせ下さい。

### ◇ 申し込み方法

- 参加希望の方は、下記へ電話かFAXをお願いします。
- 受付は10月10日(日)までです。
- FAXでの申し込みは「氏名(漢字・フリガナ)・年齢・住所・電話番号」を忘れずに記入してください。
- 参加者の決定については、募集期間終了後ハガキにてお知らせします



歩いて汗をかくと休憩中に体が冷えるよ。  
寒さ対策や雨具を忘れないでね!

### 申し込み及び問い合わせ先

〒038-1301  
青森市浪岡大字大釈迦字沢内沢 1-1  
県立自然ふれあいセンター  
TEL 0172-62-4527  
FAX 0172-62-8510

※事故・怪我が発生した場合、本センター加入の傷害保険の範囲及び応急処置以外の責任、駐車場でトラブルの責任は負えませんのでご了承願います。