

「山の日制定記念」 平成28年より8月11日が山の日として国民の祝日になります

## 山の日制定記念日ハイキング!

# 高尾山の夏山を歩こう

**夏の草花や樹木を観察して、夏山の楽しみ方を見つけよう!!**

☆登りは赤い筋肉が脂肪を燃やし、下りで白い筋肉が糖を燃やす ~ バランスに優れた登山!

☆涼しい沢沿いを登ったら、高尾山からの眺望~丹沢や富士山が見えます

☆都会近郊なのに豊富な樹木や草花、あなたはいくつ出会えるでしょうか?

ハイクコース 約8km 徒歩4時間位

高尾山口駅~6号路(琵琶滝)~高尾山頂上(昼食)~稲荷山コース~高尾山口駅

**実施日 平成27年8月11日(火)**



集合 : 京王線 高尾山口駅改札前 AM9:00  
解散 : 高尾山口駅 15:30頃の予定  
装備 : 昼食、飲み物、雨具、健康保険証、  
服装 : 活動しやすい服装、帽子、着替え、歩きやすい靴  
その他 : 小雨決行。荒天中止の場合は前日19時頃に電話連絡します。  
募集人員 : 30名(応募者多数の場合は抽選)



### 申し込み方法

往復はがきに①イベント名「夏山の楽しみ方」②郵便番号・住所③参加者全員の氏名・年齢・性別④電話番号(中止時の連絡先)⑤メールアドレス(あれば)⑥このイベントを何で知りましたか?上記の項目を明記の上お申し込み下さい。

申し込み先: 〒193-0844 八王子市高尾町2438-1 高尾森林ふれあい推進センター

締め切り: 7月28日(火)必着

問合せ先: 森林インストラクター東京会所属 丸山 正 携帯:090-8728-1007

高尾森林ふれあい推進センター 森林ふれあい推進事業  
高尾森林ふれあい推進センター 協定イベント 実施:森林インストラクター東京会