



# サポステ合宿ハイキング～晩秋の武田の杜編～



## ハイキングコース



### ☀️晴れコース☀️

場所	時間
少年自然の家	9:30
丸山	10:05
樹木見本園	10:15
躑躅ヶ崎園地	10:20
要害山登山口	11:45-12:45(昼休憩)
天神山園地	13:20
武田神社	14:00-14:30(見学・休憩)
円光院	14:50
少年自然の家	15:40

### ☔️雨コース☔️

場所	時間
少年自然の家	13:00
丸山	13:35
樹木見本園	13:45
躑躅ヶ崎園地	13:50
武田神社	15:30-16:00(見学・休憩)
円光院	16:20
少年自然の家	17:10



## 持ち物



- 服装  
(伸縮性のあるもの。休憩時に身体が冷えないよう上着は必須。例: インナー・シャツ・フリース・ウインドブル)
- 靴(ランニングシューズのような汚れても良い、靴底が平らでないもの)
- リュックサック(両手が自由になるもの)
- 飲み物(500mlペットボトル1本)
- 軍手
- 敷物(ビニール袋で代用可 自分が座れるスペースができればOK)
- タオル
- ゴミ袋
- 雨具(折り畳み傘)
- 絆創膏
- 小銭(追加でペットボトルを買う用)



待ってるよ!

