

たま発!

トレッキング

トレッキング中級者編

《ブナ林の名山 三頭山》コースのご紹介

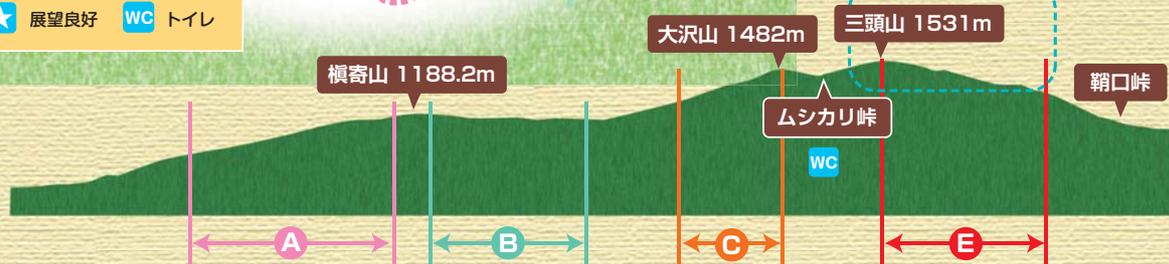
JR武蔵五日市駅から専用バスで秋川上流に移動し、仲の平バス停から登山道に入ります。まずは標高差約600mを登り、標高1,188mの槇寄山頂上を目指します。そこから笹尾根を移動し、直前に急な岩場がある標高1,482mの大沢山を越え、奥多摩三山の最高峰であり、今コース最大の景観が広がる三頭山西峰に至ります。辺りに広がるブナ林の中を、名前の由来となる三頭山三つの頂上、中央峰、東峰を経て、下山しながら鞆口峠を抜け都民の森がゴールとなります。



A 槇寄山までは急な段差が多い

★ 展望良好 WC トイレ

★ 展望良好



B 笹尾根は笹の中を進む



C 大沢山・山頂前は段差や岩を登る。



D 三頭山付近はブナの巨木が広がる



E 三頭山からの下りは岩場や木の根など足場注意

【注意事項】

- 安全のため、体調はしっかりと整えてご参加ください。
- 途中、急な山道もございますので、体力に自信のない方は極力ご参加をお控えください。
- 山頂付近では気温が低く、寒さ対策のご準備をお願いします。