



※誌面イメージ



2024年  
5月1日(水)  
発売予定

大人の遠足  
BOOK  
全国 | 4

# 富士登山パーフェクトガイド

「どのルートをと、どういう行程で登ればいいのか？」富士登山初心者が知りたい基本ガイダンスをはじめ、主要4大ルートの詳細ガイド、登頂のための装備や上手な歩き方、山小屋の利用法などあらゆる情報を紹介した、富士登山のための完全ガイド。「もしも」の時の対処法や山頂での楽しみ方など、富士登山が初めての人にも、リピーターにも役立つ一冊です。登頂のためのトレーニングにも最適な周辺のトレッキングコース、富士を眺める山歩きのコース、富士山の花図鑑や山麓温泉情報も満載。切り取って持っていける、便利な富士登山マップの付録付き。

## 掲載内容

- 富士登山基本ガイダンス
  - (1)登山ルートの選び方とアドバイス
  - (2)富士登山のモデルプラン(吉田ルートを想定)
 

頂上でご来光を迎える山小屋泊り1泊2日、ゆったり3日行程で山頂ご来光の山小屋泊り2泊3日、時差登山で混雑回避の前夜泊日帰り登山、など
- 富士登山4大ルート登頂ガイド(登山口～山頂～下山ナビ)
 

人気ナンバー1の吉田ルート、豪快な砂走りの須走ルート、標高差&距離最短の富士宮ルート、体力派のロングコース御殿場ルートをガイド。そのほか、お鉢巡りのコースも紹介
- 富士登山の基礎知識
 

登山計画の立て方、高山病予防対策、日常のトレーニング、装備と持ち物、登り、下りの歩き方、休憩・水分補給、富士山のトイレ事情、山小屋の利用法と過ごし方、ケガや病気の対処法、など
- 富士山周辺トレッキング：9コース
 

吉田口遊歩道、青木ヶ原樹海、田貫湖～朝霧高原、吉田口登山道、精進口登山道、御中道、宝永山、二ツ塚(双子山)、須山口登山歩道
- 富士山の花ノート
- 富士山麓温泉案内
- 富士を眺める山歩き：11コース
 

足和田山、竜ヶ岳、長者ヶ岳、石割山、杓子山、高川山、金時山、矢倉岳、玄岳、達磨山、越前岳
- 富士登山インフォメーション

本の仕様

定価：1,760円(10%税込)

判型：A5サイズ  
(210mm×148mm)

頁数：160ページ



★申込締切日★  
4月10日(水)

ご注文・お問合せは・・・

JTBパブリッシング 出版営業部 **FAX:03-4333-0213** TEL:03-6219-9182



貴店番線印	発行: <b>JTBパブリッシング</b>	ご希望注文数 (新刊委託)
書籍扱い	<b>4月10日(水)申込締切</b>	
大人の遠足BOOK <b>全国 4</b>	<b>富士登山パーフェクトガイド</b>	
発売日:2024年5月1日(水)予定 価格:1,760円(10%税込)	ISBNコード:978-4-533-15637-3 Cコード:2026	担当者CD:
貴店ご担当者:		

※発売日、書名、定価等は変更となることがございます。また、ご希望配本冊数を一部調整させていただく場合もございます。予めご了承ください。