

# BBK チームビルド登山

## 24/25シーズンに向けたチームづくり@高尾山

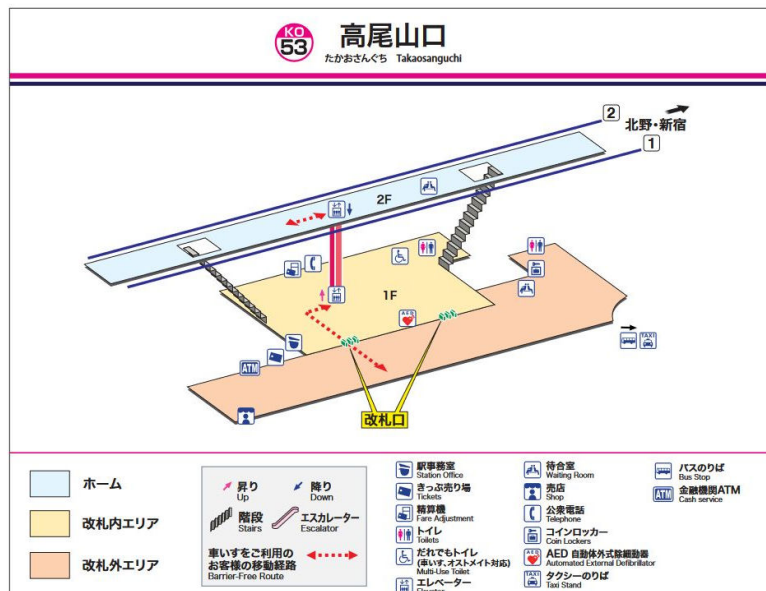
23/24シーズンも終わり、24/25シーズンに向けた新しいチームづくりを行う時期になりました。メンバー間のコミュニケーションの深化、コーチとBBKファミリーとの親睦を目的に、高尾山登山を実施します。

### ◆日時

2025年2月24日(月・祝) 集合:10:00までに京王線高尾山口駅改札外

弁当持参

※荒天により中止の場合、前日22時まで連絡します。



高尾山登山の入り口にある清滝駅:京王高尾山口駅から徒歩5分。  
※ケーブルカー、リフトは使いません!

◆登山コース

1号路(表参道コース:3.8Km登り約 100 分 下り約 80 分)で山頂を目指します。

2 時間程度で山頂到着、昼食を摂ってから下山します。



登山道入口

◆服装 ※天候、気候を考慮して、用意してください。

- 長袖の上着(前開きで着脱容易なものをおすすめします)
- 長ズボン
- 滑りにくい靴(底の厚い履き慣れた靴をおすすめします)
- 帽子

◆持ち物

- マスク(必要に応じて着用します)
- 雨具(ウインドブレーカーや雨カッパをおすすめします)
- アイスバッグ
- お弁当(アイスバッグで冷やして持ってきてください)
- 水筒
- 常備薬
- 敷物
- タオル
- おやつ

◆登山マナー

- 火気厳禁
- ごみは全部持ち帰ります
- 狭い道では譲り合う
- 石などを投げない、蹴らない
- 昆虫を捕獲しない
- 植物を採取しない

◆緊急連絡先

□高尾登山電鉄株式会社



東京都八王子市高尾町2205  
042-661-4151

□高尾山薬王院



東京都八王子市高尾町2177  
042-661-1115

□ビジターセンター



東京都八王子市高尾町2176  
042-664-7872

□東京消防庁救急相談センター #7119

(緊急の場合は119)

□しながわバンブー 鈴木 剛

090-1032-8763