



7:10 サヨナラ 槍ヶ岳を見ながら笠ヶ岳あとにする



行く道



来た道
笠ヶ岳



抜戸岩

9:00 近く分岐で後発隊に

9:25 先発隊見えた 後ろのグループは途中で抜く



恭弘も今回下山
終盤になって
足が思うように
動かなく成った様

14:00 登山口着
もういや！の×印
のお二人さん

14:30 瑞代登山口着

15:15 林道歩きで新穂高着
急いで村松さんと風呂に
入り 15:45 出発-20:40
新宿着



今回も皆さんのお世話を頂きながらどうにか歩きました感謝感謝です
長い長い歩きで2~3日久しぶりに筋肉痛で苦しみました