

# Wellness Report

## in IZO

### 第9号

### 出雲北山トレッキング

実施年月日 令和2年 6月 16日（火）

参加人数（内訳） 3名（JALEC：1名、FDA/SAS：1名、一畑トラベル：1名）

当初 6月12日に予定していましたが、10日に中国地方は梅雨入りし雨模様の日が続いたので梅雨の晴れ間の 16日に日程をずらして「出雲北山トレッキング」を実施しました。

登山道のぬかるみが心配でしたが予想以上に乾いており快適なトレッキングが楽しめました。熱中症予防の為トレッキング中はマスクは外しましたが、コロナ感染予防の為集合写真は撮りませんでした。

今回の参加者は普段から身体を動かす事を意識している人ばかりで、もう既に夏場に向けての身体作りは完了しており、コースタイムは 10時間を見込んでいましたが、3時間以上も早く走破してしまいました。

これなら次は中国地方最高峰の伯耆大山（鳥取県）か、蒜山（岡山県）縦走でも計画しようかと下山後元気に話し合いました。

