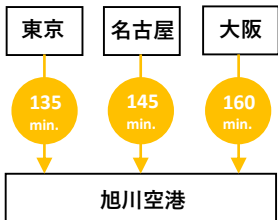


## 上川南部エリア

富良野市をはじめとする南部エリアでは、ラベンダーや丘の風景で多くの観光客が訪れているほか、自然を活かしたラフティング等アウトドアスポーツ等体験観光も盛んです。



## 飛行機



北海道の真ん中  
**旭川空港**  
就航率 **99.7%**  
2018年実績



## 自動車

|       |   |         |                   |
|-------|---|---------|-------------------|
| 旭川空港  | ⇔ | 富良野駅    | 約70分              |
| 新千歳空港 | ⇔ | 富良野駅    | 約120分<br>(高速道路利用) |
| 札幌駅   | ⇔ | 富良野駅    | 約120分<br>(高速道路利用) |
|       | ⇔ | 中富良野駅   | 約15分              |
| 富良野駅  | ⇔ | 南富良野町役場 | 約50分              |

## JR

|        |   |      |       |
|--------|---|------|-------|
| 札幌駅    | ⇔ | 富良野駅 | 約160分 |
| 新千歳空港駅 | ⇔ | 富良野駅 | 約190分 |
| 旭川駅    | ⇔ | 富良野駅 | 約70分  |

# 北海道 上川 エリア

さあ、北海道で合宿だ



## TRAINING CAMP GUIDE

# ふらの編

# ふらの合宿 モデルプラン ～軟式野球の場合～

## 3泊4日プラン

### 1日目

午前 移動 レンタカーで中富良野町へ 町内観光&昼食

北星山ラベンダー園(中富良野町宮町1番41号) 0167-44-2123

午後 練習 中富良野町営球場で練習

中富良野町営野球場(中富良野町北町9番) 0167-44-2204

中富良野町総合スポーツセンター(中富良野町東1線北11)

0167-44-2323

宿泊 太陽の里(ふれあいの家)で夕食と宿泊

山部自然公園太陽の里「ふれあいの家」(富良野市山部西19線)

0167-42-3445

### 2日目

午前 体験 富良野市内農家へ農業体験&昼食

→(スイカ、スイートコーン収穫、稲刈りなど)

NPO法人山部まちおこしネットワーク 090-3893-9534

午後 練習 富良野市営若葉球場で練習

ふらのスポーツ協会 0167-23-9666

夕食 太陽の里へ移動。キャンプ場でBBQ

宿泊 太陽の里(ふれあいの家)で宿泊

### 3日目

午前 移動 富良野市から南富良野町へ

フラノマルシェ(富良野市幸町13-1)

練習 南富良野町湖畔野球場にて

南富良野町湖畔野球所(南富良野町宇織寅) 0167-52-2145

昼食 南富良野町名物「しか肉カツカレー弁当」を堪能!

「魚竜や(いとうや)」(南富良野町宇東鹿越) ※要事前予約

090-9523-3705

午後 練習 南富良野町湖畔野球場にて

宿泊 かなやま湖スポーツ研修センターで宿泊

かなやま湖スポーツ研修センター(南富良野町宇東鹿越)

0167-53-2171

### 4日目

午前 体験 ラフティング

南富良野町にはラフティングをはじめとした自然体験の会社がたくさんあります。下記へお問い合わせください。

南富良野まちづくり観光協会 0167-39-7000

午後 移動 帰宅

1日目

練習 中富良野町  
宿泊 富良野市

2日目

体験 富良野市  
練習 富良野市  
宿泊 富良野市

3日目

練習 南富良野町  
宿泊 南富良野町

4日目

体験 南富良野町



ご予算  
(札幌市から20名の場合)



北星山ラベンダー園



中富良野町の観光と言えばラベンダー! 夏季は観光リフトで空中散歩。美しい景色を眺めながらのラベンダーソフトは最高です。

農業体験



富良野ならではの地獄(?)の農業体験を満喫できます。農作業は、全身の筋肉を使うので、良いトレーニングになります。農業のことも勉強できます。

フラノマルシェ



南富良野町に向けて出発!の前にお土産は買いましたか? フラノマルシェには、地元の特産物が勢揃いしています。



中富良野町営球場



両翼90m、中堅108mの軟式野球専用球場です。ウェイトトレーニングは球場から車で5分の中富良野町総合スポーツセンターで。汗をかいた後はプール(5~9月営業)でリフレッシュ!

富良野市営若葉球場



両翼90m、中堅120mの軟式野球専用球場です。市内中心部に位置しており、アクセスの良い立地です。練習後はランニングで宿まで!約13km地獄の丘のぼり!5~9月は北海道ベースボールリーグ(HBL)で活躍する「富良野ブルーリッジ」の公式戦が市内で行われています。

南富良野町営湖畔野球場



両翼92m、中堅117mの軟式野球専用球場です。お昼はしか肉カツカレー弁当をご賞味あれ。何と、エゾシカのカツです。エゾシカの肉は鉄分が豊富で、高タンパク低脂肪でアスリートにはもってこいです。

ラフティング



最終日は南富良野町名物のラフティング。最後の旅の思い出を!



中富良野町総合スポーツセンター



太陽の里(ふれあいの家)



お一人3,000円(素泊まり・税抜)で宿泊できます。大人数の合宿にも対応しています。食堂があるので、夕食も注文できます。

太陽の里(ふれあいの家)



ふれあいの家横のキャンプ場でBBQができます。BBQセットの貸出も行っています。これで朝に収穫した野菜も焼けますね。富良野の大自然の中で乾杯しよう!

かなやま湖スポーツセンター



宿泊もトレーニングもできる施設です。お一人1,550円(素泊まり)で宿泊できます。

| 交通費     |         | 宿泊費 |          | 施設費(球場) |                  | 体験費用     |          | 合計                          |
|---------|---------|-----|----------|---------|------------------|----------|----------|-----------------------------|
| レンタカー3台 | 90,200円 | 1日目 | 150,000円 | 1日目     | 4,000円(中富良野 4h)  | 北星山観光リフト | 8,000円   | 698,252円<br>(1人あたり約35,000円) |
| ガソリン    | 30,000円 | 2日目 | 150,000円 | 2日目     | 2,092円(富良野 1日)   | 農業体験     | 100,000円 |                             |
|         |         | 3日目 | 40,000円  | 3日目     | 3,960円(南富良野 ~6h) | ラフティング   | 120,000円 |                             |