

夏だ！親子で大満足プラン

長野駅から車でたった 30 分の飯綱東高原をご紹介！
飯綱東高原は豊かな自然に囲まれ、子どもから大人まで
みんなが楽しめる人気スポット！
美しい霊仙寺湖でのアクティビティ、アスレチック、温泉、
バーベキュー、キャンプなど、わくわく体験いっぱいです！
そんな飯綱東高原を遊びつくすプランをご紹介します

本日のプラン

9:30 到着

9:40 白鳥ボート

10:30 アスレチック

11:30 バーベキュー

14:30 スーパースラ
イダー

15:30 温泉
(むれ温泉 天狗の館)

17:00 キャンプ



カップルから家族まで大人気のボート！
美しい霊仙寺湖をのんびり楽しもう

ローボート 30分 / 850円
ペダルボート 30分 / 1,500円

アウトドアの醍醐味 BBQ を手ぶらで楽しめる！
面倒な食材の用意や後片付けはスタッフにおまかせ
できるので、手軽にバーベキューができます

レギュラーセット(4,000円/人)
GRAMMASセット(6,000円/人)



GRAMMASセット



全長 255.08mのなが〜いスライダーに
子どもたちは大興奮！林の中を一気に
滑り降ります！

1回 450円
回数券(5回)2,000円

一日はしゃぎ回ってかいた汗は、温泉で
流しませんか？霊仙寺湖を望む露天風呂
が人気です

★ローカルメリット★
大人入浴料 100円引き
(4名まで)

入浴料
大人 600円
子ども 300円



お洒落なテント・
ギア・食事がすべ
てそろっているので
手ぶらで気軽に
キャンプを楽しめ
ます！

Premium camp
プレミアムキャンプ



Camp+iizuna～キャンプラスいづな～
(飯綱東高原オートキャンプ場)

住所 上水内郡飯綱町川上 2755-345
TEL 026-253-3210



Instagram

★ローカルメリット★
オートキャンプ場一般サイトを町民割引にて利用可！
*シーズンにより割引が変動します