

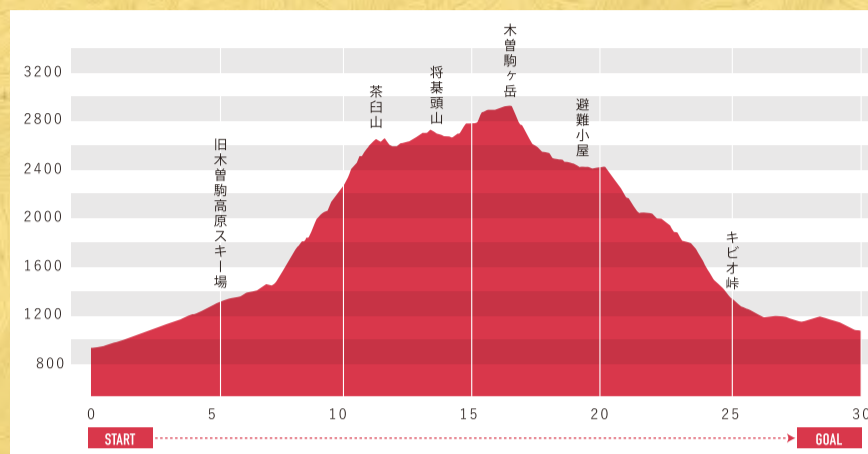
START/GOAL
木曾文化公園

スタート/ 5:00
ゴール関門/ 15:00
制限時間10時間

Kisokoma

JAPAN ALPS SKY RACE

距離30km / 累計標高2400m



悪天候時代替コース 距離 20km / 累積標高 1500m
【スタート～福島 B コース～七合目避難小屋～ゴール】
※悪天候時の場合、危険回避のためコース変更をすることがあります。

第1エイド
約5km地点

水場あり

水

旧木曾駒高原スキー場

茶臼コースへ

登山道入口

登山道整備中

五合目

六合目

七合目

関門(茶臼山)
約11km地点

関門/ 9:00
スタートから4時間

茶臼山

▲2652m

行者岩

装備チェック
(西駒山荘)
約13km地点

水場あり

水

西駒山荘

将基頭山の
山頂へは行きません

将基頭山

▲2730m

極力追い抜き禁止！
登山道を外れての
踏み荒らし絶対厳禁！

ここから(赤点線)
ハイカー多しすれ違いルール厳守！

15km

馬の背

岩場注意

福島 A コースへ

避難小屋

崩落ガレ場注意

七合目

ここから走れる下り

六合目

20km

水場あり

水

八合目

滑落注意箇所多数

木曾前岳

玉乃窪山荘

木曾駒ヶ岳

▲2956m

木曾小屋

中岳

宝剣岳

伊那前岳

上松町

全館小屋

天駒山

天駒山

天駒山

天駒山

天駒山

コース途中にある各山小屋の利用可能です
【西駒山荘、木曾小屋、玉乃窪山荘】
(参考) トイレ利用 200円、施設休憩 300円
ジュース 500ml 400円、カップラーメン 400円など
※施設や状況により異なります。

橋が流されている場合あり

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!

!