

「山の旅」コース難易度等について

コースの難易度や体力度、歩程時間については目安であり、登山道の状況や天候、参加人数等により変わることがあります。コースの詳細についてはガイドブック等でお調べになり、自分の体力や技量にあった「山の旅」をお選び下さい。

1. コース難易度、体力度

難易度		コースの概要	体力度
ハイキング	A	<ul style="list-style-type: none"> 里地、里山における整備された道、及び湖沼、湿原等における整備された自然観察路等 歩行時間の目安は1～2時間程度 	★☆☆☆☆
	B	<ul style="list-style-type: none"> 山地、高原等における整備された登山道や遊歩道等 歩行時間の目安は2～3時間程度 	★☆☆☆☆ ～ ★★☆☆☆
登山初級	A	<ul style="list-style-type: none"> アップダウンや危険箇所が少なく、明瞭で整備された一般向きの登山道等 歩行時間の目安は2～3時間程度 	★☆☆☆☆ ～ ★★☆☆☆
	B	<ul style="list-style-type: none"> 多少のアップダウンや一部危険箇所があっても、鎖や梯子等が設置されている登山道等 歩行時間の目安は3～4時間程度 	★★☆☆☆ ～ ★★★☆☆
登山中級		<ul style="list-style-type: none"> 登山初級コースよりアップダウンや危険箇所が多く、歩行時間も4～8時間程度になるコース 	★★★☆☆ ～ ★★★★☆
登山上級		<ul style="list-style-type: none"> 岩場、岩尾根、鎖場、梯子等の危険箇所が連続し、厳しいアップダウンもあり、歩行時間が8時間を超えるコース 	★★★★☆ ～ ★★★★★

2. 歩程時間

歩程はコースに要する標準的な所要時間で、休憩や昼食時間等は含まれておりません。実際の歩行時間は登山道の状況や天候、参加人数等により歩程時間を超えることがあります。