

2025 夏山集中登山コース

コース 番号	難易度	【山名】 概略ルート	8日(金) 歩行時間 歩行距離 [宿泊地]	9日(土) 歩行時間 歩行距離 [宿泊地]	10日(日) 歩行時間 歩行距離	備 考
①	初級	栂池自然園散策 ⇔ 白馬大池ピストン→栂池	散策 [栂池]	3:15 3.5 km [白馬大池]	2:30 3.9 km	8/9 泊:栂池を検討
②	中級 1	【白馬岳】(しろうまだけ) 栂池→白馬大池 ⇔ 白馬岳ピストン→栂池	3:15 3.9 km [白馬大池]	6:30 10.4 km [白馬大池]	2:30 3.9 km	(テント泊検討)
③	中級 2	【白馬岳・鑓ヶ岳】 栂池→白馬大池→白馬岳 →白馬鑓温泉→猿倉	3:15 3.9 km [白馬大池]	8:45 11.4 km [鑓温泉]	4:20 5.8 km	白馬三山(白馬岳、 杓子岳、鑓ヶ岳)
④	中級 3	【雪倉岳】 蓮華温泉→白馬大池 ⇔ 雪倉 岳ピストン→蓮華温泉(又は栂池)	3:00 4.1 km [白馬大池]	9:10 15.9 km [白馬大池]	2:30 3.9 km	入山を栂池検討 (テント泊検討)
⑤	上級	【唐松岳・天狗ノ頭】 八方→唐松岳→(不帰ノ嶮)天 狗ノ頭→白馬鑓温泉→猿倉	4:00 4.7 km [唐松]	7:10 7.5 km [鑓温泉]	4:20 5.8 km	不帰キレット

