

2024年

豊山会 山行

2024年4月16日現在

実施日 **7月24日・25日** 水・木曜日

場所 苗場山(標高2,145m) 初中級

距離・時間 約11.5キロ 往約4.5キロ 約3.5時間

復約7キロ 約3.5時間 (休息は別)

標高差 922m(登り累計844m 下り累計1134m)

集合場所 練馬文化センター

出発時間10分前まで集合

練馬文化センター6時15分～小赤沢三合目駐車場 228km 3時間45分+休憩15分

### コース案内

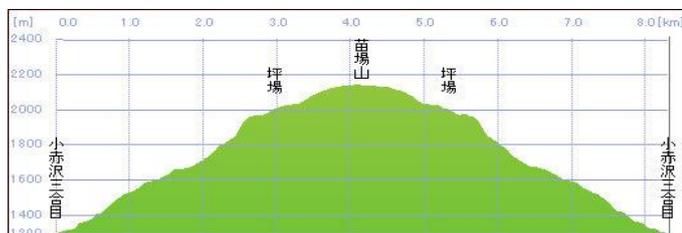
苗場山には碓川コース、小赤沢コース、赤湯コース・・・といくつか登山コースがあります。

今回、往路は秋山郷方面からの山頂へ最短で行ける小赤沢コース・復路は関東方面へのアクセスの良い湯沢町側への碓川コースです。

1日目:小赤沢三合目 1,310m(35分)～四合目(25分)～五合目(50分)～七合目 1,810m(45分)～九合目坪場 2,000(40分)～苗場山 2,145m・山頂ヒュッテ泊

2日目:朝ご来光・朝食→伊米神社・山頂散策(75分)→神楽ヶ峰(80分)→下ノ芝(70分)→和田小屋(20分)→碓川登山口(14時頃)

苗場山は新潟と長野の県境に位置する成層火山で、上信越高原国立公園にあります。昔から『稲作の神様』として人々に親しまれてきた山で、それを表すように頂上には伊米神社があります。山頂付近には湿地帯が広がっており、高山植物の美しい群落を見ることができます。



→ 行き

← 帰り

## 小赤沢コース(登り)



小赤沢三合目登山口駐車場トイレあり  
この後は、頂上ヒュッテまでありません。



四合目水場

五合目くらいまでは、緩やかな道



六合目、七号目は鎖場があるが危険度は低い  
七合目、八合目の急坂を登りきると絶景が

湿原には千を超える大小の池塘が散在し、  
百数十種の高山植物が春から秋まで咲き誇る、まさに「**天空の樂園**」となっています



苗場山頂ヒュッテ

TEL：080-7183-4024

チェックイン 13：00

天候に合わせて柔軟に対応

チェックアウト 8：00

## 稜川コース(下り)



山頂からロープ場(1カ所)を下り  
雲尾坂～富士見坂～神楽ヶ峰へ  
神楽ヶ峰ではカッサ湖(田代湖)が  
見える



小松原分岐点を通ると股摺り岩がある  
ここから上の芝～下の芝へと続く  
上の芝から下の芝には、大きなベンチがある  
ので休憩ポイントに



下の芝から熊笹の中を下ります。  
湿っていて滑りやすいのでスリップに注意  
和田小屋に到着  
駐車場へは、約 20 分