

ツアーレベルのご説明とご注意

- ※このレベルは、天候等条件のよい場合を基準としており、悪天候などではそれ以上の体力・技術が必要となります。
- ※このレベルは、コースの日数や季節などを考慮し、総合的な判断による基準です。
- ※登山経験の豊富な方でも前回の登山より半年以上のブランクがある方は、レベルを下げてください。
- ※雪山での歩行時間は、トレース(踏み跡)が付いている場合の時間で表記しております。
トレースがない場合は表記時間より長くかかるものとお考え下さい。
- ※コースによってはアイゼン(6本爪)が必要なコースがございます。

| 体力レベル | 1日の標高差 | 1日の歩行時間 | カテゴリ |
|-------|----------------------|---------|----------|
| 1 | 標高差のない平坦なコース | 4時間以上 | ウォーキングなど |
| 2 | 標高差500m前後 | 4時間以上 | ハイキングなど |
| 3 | 標高差500m以内 | 4時間以上 | 軽登山など |
| 4 | 標高差500m~1,000m | 5時間以上 | 登山 |
| 5 | 標高差800m~1,200m | 6時間以上 | 登山 |
| 6 | 標高差1,000m以上のアップダウン | 7時間以上 | 登山 |
| 7 | 標高差1,000m以上の長いアップダウン | 10時間以上 | 登山 |

※1日の歩行時間(コースタイム)は昭文社「山と高原地図」をベースに、過去の実績や当社提携ガイドと協議の上、定めています。
※ツアータイトルに「ゆっくり」が付くコースは、通常のコースタイムよりゆっくり歩きますので、上記の体力レベルより1ランク下がります。

| 技術レベル | 内容 | 靴について |
|-------|----------------------------|-------------------------------------|
| 1 | 舗装された整備路を歩くコース | スニーカーやウォーキングシューズ |
| 2 | よく整備された登山道などを歩くコース | 夏山用登山靴以上 ※ |
| 3 | 特別な歩行技術がなくても歩けるコース | 作りがしっかりとした登山靴 |
| 4 | 難易度の低いガレ場・岩場・雪渓などがあるコース | 作りがしっかりとした登山靴 |
| 5 | 注意を要する岩場・雪渓などがあるコース(参加基準有) | 作りがしっかりとした登山靴 |
| 6 | 十分な経験を必要とする難所があるコース(参加基準有) | 作りがしっかりとした登山靴 |
| 冬山1 | スノーシューや登山靴で歩けるコース | 保温性の高い登山靴または防寒長靴 |
| 冬山2 | 一部軽アイゼン(6本爪)が必要なコース | ゴアテックス製の保温性の高い登山靴 |
| 冬山3 | 10本爪以上のアイゼン、ピッケルが必要なコース | ゴアテックス製の保温性の高い登山靴 ※ハイカットタイプが望ましい |

| ツアーレベル | 内容 | 体力めやす | 技術めやす |
|--------|---|-------|-------|
| ウォーキング | 平坦な道をゆっくりと歩きますので、初めての方、普段あまり歩いていない方も参加OK。歴史の舞台を訪ねるなど、観光も楽しむコース多数。軽装にスニーカーでOKです。 | 1 | 1 |
| 入門 | 登山が初めての方にオススメ。登山の装備で軽いアップダウンの道をゆっくり歩きます。 | 2-3 | 2-3 |
| 初級A | 入門コースよりやや歩行時間や標高差が増え、道も一部歩きづらい登山道が出てきます。 | 3 | 3 |
| 初級B | 5時間前後登り降りする体力が必要で、登山道の一部に難易度の低い鎖場や梯子場などがあるコースもございます。 | 3-4 | 3 |
| 中級A | 定期的なトレーニングをされている方向けのやや健脚コースです。標高差1,000mの山に登り降りする体力が求められます。 | 4-5 | 3-4 |
| 中級B | 標高差1,000mの長時間歩行に、一部注意を要する岩場・雪渓などがあるコースです。宿泊道具を一部ご自身で背負った上での避難小屋泊や申し込み参加基準のあるコースがこのレベルから出てきます。 | 5-7 | 5 |
| 上級 | 長い鎖場や梯子場、雪渓など危険箇所が連続するコースを、三点支持やアイゼン歩行などを駆使して確実に通過する技術に加え、長時間登り降りをするだけの体力も必要な熟達者向けコースです。ヘルメット着用。 | 6-7 | 6 |
| 冬山入門 | 冬山が初めての方にオススメ。スノーシューを履いてふかふかの雪の上をゆっくり歩いて楽しめます。歩き方や装備についてもレクチャーします。 | 2-3 | 冬山1 |
| 冬山初級 | 標高差の大きくない山の頂を目指す登頂コースです。山頂部の雪が少なかったり、凍結していた場合は軽アイゼンを使用することもあります。 | 3-4 | 冬山1-2 |
| 冬山中級 | 定期的なトレーニングをされている方向けのやや健脚コースです。標高差1,000mの山に登り降りする体力が求められます。また、気象条件が厳しくなる2,500m級の山岳で軽アイゼンが必要となるコースがございます。申し込み参加基準のあるコースがこのレベルから出てきます。 | 4-5 | 冬山2 |
| 冬山上級 | 気象条件が厳しくなる2,500m-3,000m級の山岳において、10本爪とピッケルが必要な急斜面の登り降りがあるコース。確実な雪上歩行技術が求められ、悪天候下に直面した場合はガイドのロープで確保しながら登ることもあります。 | 5-7 | 冬山3 |

※その他、万一の際にエスケープコースがあるかによりツアーレベルを決定しています。