ファミリー向けコース

Ⓐ嵩山コース

所要時間 片道 約1時間50分

麓に道の駅があり、コースは豊富で多彩。初心者でも安心して登れます。

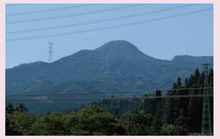
Ⓑ蟻川岳コース

所要時間 往復 約1時間45分

市街地から比較的近く、静かな風情が漂います。葉の落ちた秋が特におすすめです。

Ⓒ吾嬬山コース

所要時間 往復 約2時間20分



広い林道が整備され歩きやすく、初心者にもおすすめです。中之条を一望できる山頂の景色は爽快です。

Ⓓ稲包山コース

所要時間 往復 約6時間20分

カエデやブナの原生林が続くコースを超えるとパノラマビューの山頂へ。新潟県境の山並みが見渡せます。

Ⓔ高間山コース

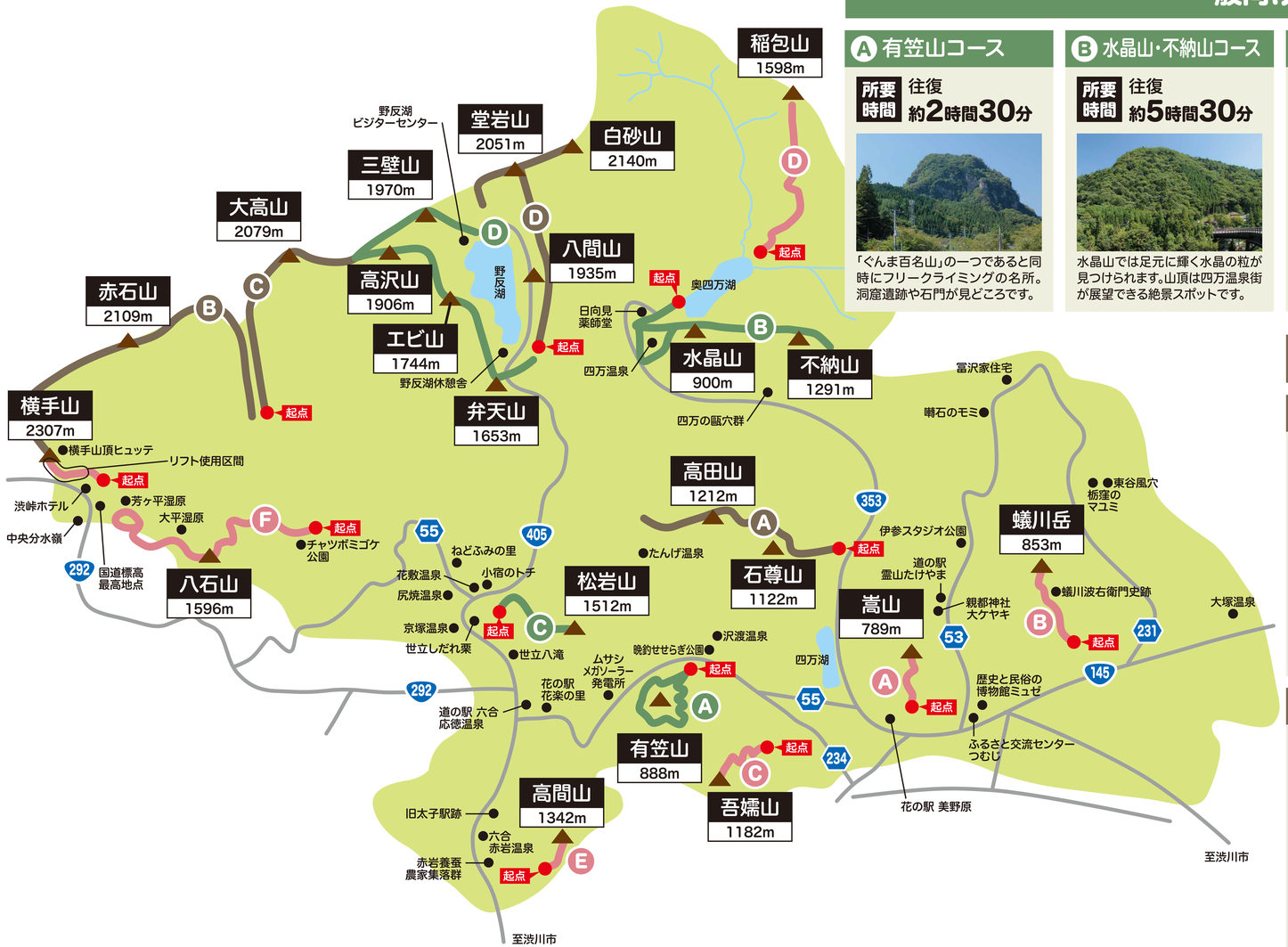
所要時間 往復 約0時間43分

シンプルかつ手軽なルートで初心者も山歩きを楽しめる「ぐんま百名山」の一つです。

Ⓕ八石山コース

所要時間 往復 約5時間30分

池、湿原、川、森林などの多彩な自然、希少な植物を楽しむことができるコースです。



一般向けコース

Ⓐ有笠山コース

所要時間 往復 約2時間30分

「ぐんま百名山」の一つであると同時にフリークライミングの名所。洞窟遺跡や石門が見どころです。

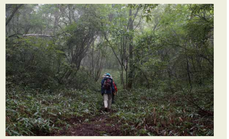
Ⓑ水晶山・不納山コース

所要時間 往復 約5時間30分

水晶山では足元に輝く水晶の粒が見つけられます。山頂は四万温泉街が展望できる絶景スポットです。

Ⓒ松岩山コース

所要時間 往復 約4時間10分



十二山神、天狗岩と、パノラマビューが見事な名所が二つ存在。どちらも展望の際には滑落に注意。

Ⓓ三壁山コース

所要時間 片道 約6時間00分

300種以上の高山植物が見られる花の名所。山道も整備され、ルートも豊富で体力に合わせ選べます。

上級者向けコース

Ⓐ高田山・石尊山コース

所要時間 片道 約3時間25分

高田山山頂から見える赤城山、石尊山に生えるカエデ純林の新緑や紅葉が見どころです。

Ⓑ横手山・赤石山コース

所要時間 片道 約7時間20分

各山頂から望む、雲の上からの景色、山々のパノラマは圧巻。難コースだが大自然を楽しめます。

Ⓒ大高山コース

所要時間 往復 約7時間10分

傾斜がきつく長いコースですが、一歩ずつ空に近づいていく感覚・達成感が何よりの醍醐味です。

Ⓓ八間山コース

所要時間 片道 約7時間35分

2,000m級の三つの山を踏破するコース。大半が尾根を歩くため、眺めは抜群です。

※コース時間は休憩を除く時間となっています。