

# 日本アルプスガイドセンターグレード表IV-4 ★★★★★ルート 「日本アルプス難関ルート」

山名	ルート名	エリア	ルート	各県公表グレード		日本アルプスガイドセンターグレード		難易度クラス	登り累積標高 m	距離 km	登山定数
				体力度	技術度	体力度	技術度				
黒部峡谷	黒部川下の廊下ルート	北アルプス 北部	黒部ダム～阿蘇原～樺平	—	—	6	E	★★★★★	2,341	26	56.6
槍ヶ岳/ 北穂高岳	大キレットルート	北アルプス 南部	上高地～槍ヶ岳～南岳～大キレット～北穂高岳	9	E	9	E	★★★★★	2,997	41	88.0
聖岳/ 赤石岳	赤石岳、聖岳周回ルート	南アルプス	榎島～聖平小屋～聖岳～赤石岳～榎島	10	D	10	D	★★★★★	4,100	30.3	97.1
聖岳/ 茶臼岳	茶臼岳、聖岳ルート	南アルプス	畑薙第一ダム～茶臼岳登山口～茶臼岳～南岳～聖光小屋～聖岳～聖光小屋～茶臼岳登山口～畑薙第一ダム	8	C	9	C	★★★★★	4,307	35.1	107.2
黒部五郎岳/ 鷲羽岳	神岡新道ルート	北アルプス 北部	飛越トンネル～太郎山～雲ノ平～鷲羽岳～三俣蓮華岳～黒部五郎岳～北ノ俣岳～飛越トンネル	—	—	10	C	★★★★★	4,230	47	109.3
水晶岳/ 鷲羽岳/ 黒部五郎岳	折立、雲ノ平ルート	北アルプス 南部	折立～太郎平小屋～薬師沢小屋～雲ノ平山荘～岩苔乗越～水晶岳～鷲羽岳～黒部五郎岳～太郎山～折立	—	—	10	C	★★★★★	4,079	45.8	110.2
白馬岳/ 雪倉岳/ 朝日岳	榎海新道ルート	北アルプス 北部	猿倉～白馬～雪倉～朝日岳～犬ヶ岳～白鳥山～親不知	—	—	10	C	★★★★★	3,961	43.8	112.4
白馬岳/ 五竜岳/ 鹿島槍ヶ岳	後立山縦走ルート	北アルプス 北部	猿倉～白馬岳～五竜岳～鹿島槍ヶ岳～扇沢	—	—	10	D	★★★★★	4,835	37.1	120.8
水晶岳/ 鷲羽岳/ 槍ヶ岳	ブナ立尾根ルート (裏銀座 パノラマルート)	北アルプス 南部	高瀬ダム～烏帽子小屋～真砂分岐～水晶岳～鷲羽岳～双六岳～千丈乗越～槍ヶ岳～横尾～上高地	10	C	10	C	★★★★★	4,614	49.1	122.5
不動岳/ 烏帽子岳/ 水晶岳/ 赤牛岳	七倉尾根・読売新道ルート	北アルプス 南部	七倉ダム～船窪小屋～不動岳～烏帽子岳～野口五郎岳～水晶岳～赤牛岳～奥黒部ヒュッテ～黒部ダム	—	—	10	C	★★★★★	5,470	48.4	137.2
塩見岳/ 赤石岳/聖岳	南アルプス中南部縦走ルート	南アルプス	鳥倉～三伏峠～塩見岳～三伏峠～赤石岳～聖岳～畑薙	—	—	10	D	★★★★★	6,546	56	167.9