

# 2021年版

## 日本アルプスグレード表Ⅳ-4 「日本アルプス難関11ルート」★★★★★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	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	北アルプス 南部	上高地～槍沢～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	★★★★★	4307	35.1	107.2
黒部五郎岳/ 鷲羽岳	雲の平 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	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	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	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	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 裏銀座 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	★★★★★	6,907	61.9	173.7