

富山県山のグレーディング 一覧表

| 山域           | 番号                             | ルート名称                           | 形態 | 体力<br>難易度 | スタート地点 |            | ルート中の最高地点 |           | 終了地点  |            | 合計<br>コース<br>タイム | ルート長<br>(km) | 累積登り<br>標高差<br>(km) | 累積下り<br>標高差<br>(km) | ルート定数 |       |
|--------------|--------------------------------|---------------------------------|----|-----------|--------|------------|-----------|-----------|-------|------------|------------------|--------------|---------------------|---------------------|-------|-------|
|              |                                |                                 |    |           | 地名     | 標高(m)      | 地名        | 標高(m)     | 地名    | 標高(m)      |                  |              |                     |                     |       |       |
|              |                                |                                 |    |           |        |            |           |           |       |            |                  |              |                     |                     |       |       |
| 立山連峰および周辺山域  | 1                              | 雄山(室堂ターミナル)                     | 往復 | 2         | B      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 雄山        | 3,003 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 3.5          | 5.8                 | 0.59                | 0.59  | 14.3  |
|              | 2                              | 周 雄山→別山(室堂ターミナル)                | 周回 | 3         | B      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 大汝山       | 3,015 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 7.0          | 11.1                | 1.16                | 1.16  | 28.2  |
|              | 3                              | 周 雄山→真砂岳(室堂ターミナル) <大走り下山>       | 周回 | 3         | B      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 大汝山       | 3,015 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 6.0          | 9.1                 | 0.97                | 0.97  | 23.8  |
|              | 4                              | 縦 室堂→黒部ダム(室堂ターミナル・黒部湖駅) <一ノ越>   | 縦走 | 2         | B      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 一ノ越       | 2,705 | 黒部湖駅       | 1,455            | 4.7          | 9.9                 | 0.45                | 1.37  | 16.6  |
|              | 5                              | 縦 黒部ダム→室堂(黒部湖駅・室堂ターミナル) <一ノ越>   | 縦走 | 3         | B      | 黒部湖駅       | 1,455     | 一ノ越       | 2,705 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 6.6          | 9.9                 | 1.37                | 0.45  | 28.7  |
|              | 6                              | 縦 歩くアルペンルート(立山駅・室堂ターミナル) <上り>   | 縦走 | 5         | C      | 立山駅        | 475       | 室堂ターミナル   | 2,450 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 12.3         | 18.6                | 2.23                | 0.26  | 50.0  |
|              | 7                              | 縦 歩くアルペンルート(室堂ターミナル・立山駅) <下り>   | 縦走 | 3         | C      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 室堂ターミナル   | 2,450 | 立山駅        | 475              | 7.7          | 18.6                | 0.26                | 2.23  | 23.3  |
|              | 8                              | 周 浄土山→龍王岳(室堂ターミナル)              | 周回 | 2         | B      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 龍王岳       | 2,872 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 3.3          | 6.0                 | 0.55                | 0.55  | 13.5  |
|              | 9                              | 縦 劔岳(室堂ターミナル) <別山尾根>            | 往復 | 5         | E      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 劔岳        | 2,999 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 13.2         | 16.7                | 1.90                | 1.90  | 48.8  |
|              | 10                             | 縦 劔岳(馬場島) <早月尾根>                | 往復 | 6         | E      | 馬場島        | 762       | 劔岳        | 2,999 | 馬場島        | 762              | 15.0         | 15.8                | 2.43                | 2.43  | 57.5  |
|              | 11                             | 縦 前劔→劔岳(室堂ターミナル・馬場島)            | 縦走 | 5         | E      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 劔岳        | 2,999 | 馬場島        | 762              | 11.9         | 16.2                | 1.36                | 3.05  | 41.7  |
|              | 12                             | 縦 劔岳→前劔(馬場島・室堂ターミナル)            | 縦走 | 7         | E      | 馬場島        | 762       | 劔岳        | 2,999 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 14.4         | 16.2                | 3.05                | 1.36  | 62.1  |
|              | 13                             | 縦 池ノ平山(室堂ターミナル・樺平駅) <沢尻→裏劔>     | 縦走 | 10        | D      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 別山乗越      | 2,750 | 樺平駅        | 599              | 23.8         | 34.8                | 3.45                | 5.29  | 90.8  |
|              | 14                             | 縦 池ノ平山(樺平駅・室堂ターミナル) <裏劔→劔沢>     | 縦走 | 10        | D      | 樺平駅        | 599       | 別山乗越      | 2,750 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 26.3         | 34.8                | 5.29                | 3.45  | 112.6 |
|              | 15                             | 縦 下ノ廊下(黒部湖駅・樺平駅)                | 縦走 | 6         | E      | 黒部湖駅       | 1,455     | 黒部湖駅      | 1,455 | 樺平駅        | 599              | 13.0         | 28.5                | 2.37                | 3.29  | 57.5  |
|              | 16                             | 縦 下ノ廊下(樺平駅・黒部湖駅)                | 縦走 | 7         | E      | 樺平駅        | 599       | 黒部湖駅      | 1,455 | 黒部湖駅       | 1,455            | 13.8         | 28.5                | 3.29                | 2.37  | 67.6  |
|              | 17                             | 縦 内蔵助平(室堂ターミナル・黒部湖駅) <ハシゴ谷乗越>   | 縦走 | 5         | D      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 別山乗越      | 2,750 | 黒部湖駅       | 1,455            | 13.0         | 17.9                | 1.60                | 2.52  | 46.2  |
|              | 18                             | 縦 内蔵助平(黒部湖駅・室堂ターミナル) <ハシゴ谷乗越>   | 縦走 | 6         | D      | 黒部湖駅       | 1,455     | 別山乗越      | 2,750 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 14.1         | 17.9                | 2.52                | 1.60  | 56.9  |
|              | 19                             | 縦 内蔵助平(室堂ターミナル・黒部湖駅) <内蔵助水河>    | 縦走 | 4         | C      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 大汝山       | 3,015 | 黒部湖駅       | 1,455            | 10.2         | 15.4                | 1.32                | 2.24  | 37.4  |
|              | 20                             | 縦 内蔵助平(黒部湖駅・室堂ターミナル) <内蔵助水河>    | 縦走 | 5         | C      | 黒部湖駅       | 1,455     | 大汝山       | 3,015 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 11.3         | 15.4                | 2.24                | 1.32  | 48.2  |
|              | 21                             | 縦 奥大日岳→大日岳(室堂ターミナル・称名駐車場)       | 縦走 | 4         | C      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 奥大日岳      | 2,611 | 称名駐車場      | 973              | 10.2         | 16.6                | 0.85                | 2.31  | 33.1  |
|              | 22                             | 縦 大日岳→奥大日岳(称名駐車場・室堂ターミナル)       | 縦走 | 6         | C      | 称名駐車場      | 973       | 奥大日岳      | 2,611 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 12.8         | 16.6                | 2.31                | 0.85  | 51.6  |
|              | 23                             | 縦 大日岳(称名駐車場)                    | 往復 | 5         | B      | 称名駐車場      | 973       | 大日岳       | 2,501 | 称名駐車場      | 973              | 11.8         | 15.3                | 1.62                | 1.62  | 43.0  |
|              | 24                             | 縦 赤谷山(馬場島) <ブナクラ谷> ※1           | 往復 | 5         | C      | 馬場島        | 762       | 赤谷山       | 2,260 | 馬場島        | 762              | 12.3         | 15.4                | 1.60                | 1.60  | 43.7  |
|              | 25                             | 縦 猫又山(馬場島) <ブナクラ谷> ※1           | 往復 | 5         | C      | 馬場島        | 762       | 猫又山       | 2,378 | 馬場島        | 762              | 12.7         | 15.2                | 1.69                | 1.69  | 45.2  |
|              | 26                             | 縦 毛勝山(阿部木谷出合) <西北尾根> ※1         | 往復 | 5         | C      | 阿部木谷出合     | 713       | 毛勝山       | 2,415 | 阿部木谷出合     | 713              | 11.8         | 11.8                | 1.95                | 1.95  | 45.4  |
|              | 27                             | 縦 大猫山(馬場島) ※1                   | 往復 | 4         | C      | 馬場島        | 762       | 大猫山       | 2,070 | 馬場島        | 762              | 9.3          | 12.1                | 1.50                | 1.50  | 36.2  |
|              | 28                             | 縦 大熊山(小又川出合)                    | 往復 | 3         | B      | 小又川出合      | 650       | 大熊山       | 1,629 | 小又川出合      | 650              | 6.5          | 7.9                 | 1.12                | 1.12  | 25.9  |
|              | 29                             | 周 中山(馬場島橋)                      | 周回 | 2         | B      | 馬場島橋       | 701       | 中山        | 1,255 | 馬場島橋       | 701              | 3.1          | 5.0                 | 0.59                | 0.59  | 13.2  |
|              | 30                             | 縦 クズバ山(馬場島)                     | 往復 | 3         | C      | 馬場島        | 762       | クズバ山      | 1,876 | 馬場島        | 762              | 7.2          | 9.2                 | 1.24                | 1.24  | 28.8  |
|              | 31                             | 縦 龍王岳→薬師岳(室堂ターミナル)              | 縦走 | 8         | C      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 薬師岳       | 2,926 | 折立         | 1,350            | 20.8         | 28.6                | 2.23                | 3.30  | 70.2  |
|              | 32                             | 縦 薬師岳→龍王岳(折立・室堂ターミナル)           | 縦走 | 9         | C      | 折立         | 1,350     | 薬師岳       | 2,926 | 室堂ターミナル    | 2,450            | 23.1         | 28.6                | 3.30                | 2.23  | 84.4  |
|              | 33                             | 縦 五色ヶ原(室堂ターミナル・黒部湖駅)            | 縦走 | 5         | C      | 室堂ターミナル    | 2,450     | 高山大学立山研究所 | 2,835 | 黒部湖駅       | 1,455            | 12.9         | 21.6                | 1.38                | 2.30  | 44.9  |
|              | 34                             | 縦 薬師岳(折立)                       | 往復 | 5         | B      | 折立         | 1,350     | 薬師岳       | 2,926 | 折立         | 1,350            | 13.7         | 20.5                | 1.81                | 1.81  | 50.0  |
|              | 35                             | 縦 北ノ俣岳【上ノ岳】・黒部五郎岳(折立)           | 往復 | 7         | B      | 折立         | 1,350     | 黒部五郎岳     | 2,840 | 折立         | 1,350            | 17.6         | 30.1                | 2.29                | 2.29  | 64.9  |
|              | 36                             | 縦 北ノ俣岳【上ノ岳】→水晶岳(折立・黒部湖駅) <読売新道> | 縦走 | 10        | C      | 折立         | 1,350     | 水晶岳       | 2,986 | 黒部湖駅       | 1,455            | 34.5         | 49.8                | 4.16                | 4.01  | 121.0 |
|              | 37                             | 周 雲ノ平→三俣蓮華岳(折立)                 | 周回 | 10        | B      | 折立         | 1,350     | 鷲羽岳       | 2,924 | 折立         | 1,350            | 27.4         | 42.8                | 3.58                | 3.58  | 100.1 |
|              | 38                             | 周 雲ノ平→高天原温泉(折立)                 | 周回 | 9         | C      | 折立         | 1,350     | 雲ノ平       | 2,590 | 折立         | 1,350            | 24.8         | 35.7                | 2.77                | 2.77  | 84.6  |
| 後立山連峰および周辺山域 | 39                             | 縦 後立山連峰縦走                       | 縦走 | 10        | E      | 水晶小屋       | 2,903     | 野口五郎岳     | 2,924 | 白馬山荘       | 2,832            | 49.9         | 61.0                | 6.30                | 6.33  | 174.8 |
|              |                                | ①野口五郎岳(水晶小屋→烏帽子小屋)              | 縦走 | 2         | C      | 水晶小屋       | 2,903     | 野口五郎岳     | 2,924 | 烏帽子小屋      | 2,527            | 5.3          | 8.9                 | 0.43                | 0.77  | 16.9  |
|              |                                | ②烏帽子岳→船窪岳(烏帽子小屋→船窪小屋)           | 縦走 | 4         | D      | 烏帽子小屋      | 2,527     | 烏帽子岳      | 2,628 | 船窪小屋       | 2,450            | 8.3          | 10.2                | 1.20                | 1.28  | 30.7  |
|              |                                | ③七倉岳→蓮華岳(船窪小屋→針ノ木小屋)            | 縦走 | 3         | C      | 船窪小屋       | 2,450     | 蓮華岳       | 2,799 | 針ノ木小屋      | 2,536            | 5.8          | 6.4                 | 0.74                | 0.63  | 20.2  |
|              |                                | ④針ノ木岳→岩小屋沢岳(針ノ木小屋→種池山荘)         | 縦走 | 3         | C      | 針ノ木小屋      | 2,536     | 針ノ木岳      | 2,821 | 種池山荘       | 2,450            | 7.8          | 10.3                | 0.87                | 0.98  | 26.3  |
|              |                                | ⑤爺ヶ岳→鹿島槍ヶ岳(種池山荘→キレット小屋)         | 縦走 | 3         | D      | 種池山荘       | 2,450     | 鹿島槍ヶ岳     | 2,889 | キレット小屋     | 2,450            | 7.0          | 7.6                 | 0.84                | 0.83  | 23.8  |
|              |                                | ⑥五竜岳(キレット小屋→唐松岳頂上山荘)            | 縦走 | 3         | D      | キレット小屋     | 2,450     | 五竜岳       | 2,814 | 唐松岳頂上山荘    | 2,696            | 7.2          | 7.4                 | 0.97                | 0.81  | 25.3  |
|              |                                | ⑦唐松岳→杓子岳(唐松岳頂上山荘→白馬山荘)          | 縦走 | 4         | E      | 唐松岳頂上山荘    | 2,696     | 鐘ヶ岳       | 2,903 | 白馬山荘       | 2,832            | 8.5          | 10.3                | 1.25                | 1.04  | 31.4  |
|              | 40                             | 縦 針ノ木岳(黒部湖駅・扇沢駅) <針ノ木谷>         | 縦走 | 7         | C      | 黒部湖駅       | 1,455     | 針ノ木岳      | 2,821 | 扇沢駅        | 1,418            | 18.3         | 24.1                | 2.16                | 2.24  | 63.0  |
|              | 41                             | 縦 船窪岳(黒部湖駅・七倉山荘) <針ノ木谷>         | 縦走 | 6         | D      | 黒部湖駅       | 1,455     | 七倉岳分岐     | 2,480 | 七倉山荘       | 1,064            | 16.8         | 21.2                | 1.87                | 2.33  | 56.7  |
|              | 42                             | 縦 唐松岳(祖母谷温泉・八方池山荘)              | 縦走 | 6         | C      | 祖母谷温泉      | 780       | 唐松岳       | 2,696 | 八方池山荘      | 1,835            | 14.4         | 17.5                | 2.55                | 1.49  | 57.5  |
|              | 43                             | 縦 唐松岳(八方池山荘・祖母谷温泉)              | 縦走 | 5         | C      | 八方池山荘      | 1,835     | 唐松岳       | 2,696 | 祖母谷温泉小屋    | 780              | 12.8         | 17.5                | 1.49                | 2.55  | 44.7  |
|              | 44                             | 縦 白馬岳(祖母谷温泉・猿倉)                 | 縦走 | 6         | C      | 祖母谷温泉小屋    | 780       | 白馬岳       | 2,932 | 猿倉         | 1,242            | 13.8         | 22.0                | 2.54                | 2.09  | 58.1  |
|              | 45                             | 周 白馬岳→朝日岳(蓮華温泉)                 | 周回 | 8         | B      | 蓮華温泉       | 1,470     | 白馬岳       | 2,932 | 蓮華温泉       | 1,470            | 20.3         | 33.1                | 2.99                | 2.99  | 78.1  |
| 46           | 縦 白馬岳→朝日岳(猿倉・蓮華温泉)             | 縦走                              | 8  | C         | 猿倉     | 1,242      | 白馬岳       | 2,932     | 蓮華温泉  | 1,470      | 19.9             | 30.0         | 3.05                | 2.82                | 77.0  |       |
| 47           | 周 朝日岳→雪倉岳(蓮華温泉) <鉱山道>          | 周回                              | 7  | B         | 蓮華温泉   | 1,470      | 雪倉岳       | 2,611     | 蓮華温泉  | 1,470      | 18.0             | 29.2         | 2.54                | 2.54                | 68.0  |       |
| 48           | 縦 朝日岳(北又小屋)                    | 往復                              | 5  | C         | 北又小屋   | 701        | 朝日岳       | 2,418     | 北又小屋  | 701        | 12.8             | 16.3         | 2.00                | 2.00                | 49.1  |       |
| 49           | 縦 朝日岳(蓮華温泉) <朝日小屋>             | 往復                              | 7  | B         | 蓮華温泉   | 1,470      | 朝日岳       | 2,418     | 蓮華温泉  | 1,470      | 15.6             | 23.7         | 2.38                | 2.38                | 60.3  |       |
| 50           | 縦 雪倉岳→朝日岳→桐海新道(桐池自然園・親不知海岸) ※3 | 縦走                              | 10 | B         | 桐池自然園  | 1,842      | 白馬岳       | 2,932     | 親不知海岸 | 0          | 29.8             | 47.9         | 3.74                | 5.51                | 108.7 |       |
| 51           | 縦 朝日岳→桐海新道(北又小屋・親不知海岸) <下り> ※3 | 縦走                              | 9  | C         | 北又小屋   | 701        | 朝日岳       | 2,418     | 親不知海岸 | 0          | 25.0             | 33.5         | 2.95                | 3.55                | 86.6  |       |
| 52           | 縦 桐海新道→朝日岳(親不知海岸・北又小屋) <上り> ※3 | 縦走                              | 10 | C         | 親不知海岸  | 0          | 朝日岳       | 2,418     | 北又小屋  | 701        | 26.3             | 33.5         | 3.55                | 2.95                | 94.6  |       |
| 53           | 縦 白鳥山(坂田峠)                     | 往復                              | 2  | B         | 坂田峠    | 612        | 白鳥山       | 1,287     | 坂田峠   | 612        | 4.8              | 6.0          | 0.75                | 0.75                | 18.4  |       |
| 奥東部・中央部      | 54                             | 大地山(夢創塾)                        | 往復 | 3         | B      | 夢創塾        | 180       | 大地山       | 1,167 | 夢創塾        | 180              | 6.0          | 8.8                 | 1.09                | 1.09  | 24.9  |
|              | 55                             | 大鷲山(境橋)                         | 往復 | 3         | B      | 境橋         | 9         | 大鷲山       | 817   | 境橋         | 9                | 5.0          | 8.0                 | 0.93                | 0.93  | 21.2  |
|              | 56                             | 黒菱山(上笹川橋)                       | 往復 | 3         | B      | 上笹川橋       | 101       | 黒菱山       | 1,043 | 上笹川橋       | 101              | 6.2          | 10.7                | 1.08                | 1.08  | 25.8  |
|              | 57                             | 南保富士(三峯)                        | 往復 | 1         | A      | 三峯         | 339       | 南保富士      | 727   | 三峯         | 339              | 2.2          | 3.0                 | 0.40                | 0.40  | 9.0   |
|              | 58                             | 負釣山(オコ谷峠)                       | 往復 | 2         | B      | オコ谷峠       | 400       | 負釣山       | 959   | オコ谷峠       | 400              | 3.5          | 4.7                 | 0.61                | 0.61  | 14.2  |
|              | 59                             | 爺ヶ岳・烏帽子山(嘉例沢)                   | 往復 | 3         | B      | 嘉例沢        | 723       | 烏帽子山      | 1,274 | 嘉例沢        | 723              | 4.6          | 9.5                 | 0.85                | 0.85  | 20.1  |
|              | 60                             | 僧ヶ岳(宇奈月尾根登山口)                   | 往復 | 3         | B      | 宇奈月尾根登山口   | 660       | 僧ヶ岳       | 1,855 | 宇奈月尾根登山口   | 660              | 5.8          | 12.9                | 1.37                | 1.37  | 28.8  |
|              | 61                             | 僧ヶ岳(阿部木谷出合(東又))                 | 往復 | 3         | C      | 阿部木谷出合(東又) | 713       | 僧ヶ岳       | 1,855 | 阿部木谷出合(東又) | 713              | 7.5          | 9.5                 | 1.23                | 1.23  | 29.3  |
|              | 62                             | 駒ヶ岳(烏帽子尾根登山口)                   | 往復 | 4         | B      | 烏帽子尾根登山口   | 1,280     | 駒ヶ岳       | 2,003 | 烏帽子尾根登山口   | 1,280            | 7.3          | 12.6                | 1.31                | 1.31  | 30.8  |
|              | 63                             | 大倉山(桑首谷登山口)                     | 往復 | 3         | B      | 桑首谷登山口     | 550       | 大倉山       | 1,443 | 桑首谷登山口     | 550              | 5.3          | 7.2                 | 0.99                | 0.99  | 22.1  |
|              | 64                             | 濁谷山(杉林伐採広場)                     | 往復 | 2         | B      | 杉林伐採広場     | 586       | 濁谷山       | 1,238 | 杉林伐採広場     | 586              | 4.6          | 10.8                | 0.79                | 0.79  | 19.8  |
|              | 65                             |                                 |    |           |        |            |           |           |       |            |                  |              |                     |                     |       |       |