

難易度

ご自分の体力に合わせたコースをご選択下さい。(ツアータイトルの左横に表示しております)

★技術レベル

- 入門** 特別な歩行技術・装備がなくても歩ける比較的整備された一般コース。
- 初級** 特別な歩行技術がなくても最低限の必要装備があれば歩けるコース。
- 中級** 高山での歩行、多少の岩場やクサリ場、ハシゴ・雪渓等の危険箇所があるコース。
- 上級** コース上にクサリ場・ハシゴ・岩場・雪渓等の危険箇所が多いコース。
 【参加基準あり】※当社歩くツアーへのご参加が初めての方は当社中級ツアーよりご参加下さい。
 原則ツアー出発日までの3か月以内に中級以上のツアー2コース以上のご参加をお願いします。
- 特上** 特別上級コース。高山、雪山、岩場など、バリエーションを含めた登山経験や技術を必要とされるコース。
 【参加基準あり】※当社歩くツアーへのご参加が初めての方は当社中級ツアーよりご参加下さい。
 原則ツアー出発日までの3か月以内に中級以上のツアー2コース以上のご参加をお願いします。

★体力レベル

レベル	標高差	1日の歩行時間 (休憩は含みません)	目安	年齢制限
1	200m程度	3時間程度	ウォーキングシューズでもOK。体力に自信のない方でもご参加いただけるコース。自由散策やフリーハイキングの場合など。	なし
2	400～600m程度	4時間程度	人並みの体力があればOK！登山初心者でも安心してご参加いただけるコース。	75歳まで
3	800～1200m程度	6時間程度	体力には少々自信があり、日頃から山歩きに親しまれている方であれば歩けるコース。	75歳まで
4	1500m以上	7時間程度	高低差も大きく、歩行距離、行動時間の長い、相応の体力を必要とするコース。※ツアーに向けてトレーニングをお願いします	75歳まで
5	1500m以上	9時間以上	高低差も大きく、歩行距離、行動時間の長い、さらに脚力、体力を必要とするコース。日程中、歩行10時間前後の日が含まれる。 【参加基準あり】※ツアーに向けてトレーニングをお願いします。	72歳まで

※(一社)日本旅行業協会が定めるコースグレードを基準としています。
 ※年齢制限を超える場合での参加希望は最近3ヶ月以内の健康診断書を添えてお申し込みください。
 ※ツアーへのご参加のみなさまには原則ツアー登山参加票をご提出いただきます(ツアー出発日1週間前頃)。その時点で当方が参加条件に満たないと判断した場合、ご参加をお断りすることがございます。

「歩くツアー」に必要な装備の例

※難易度、季節により不要なものもございます。詳しくは最終日程表でご確認いただくかお問い合わせ下さい。

- ザック(日帰りでは20～30ℓ、1泊以上のツアーでは30ℓ以上が目安) □ザックカバー □時計 □サングラス
- スパッツ □軽登山靴(防水仕様のものご用意下さい)
- レインウェア(セパレートタイプで透湿性素材のものがおすすです) □着替え □防寒具 □帽子、手袋
- タオル □ヘッドランプ(緊急時に必要です。必ず携帯してください) □水筒 □水溶性ティッシュペーパー
- 日焼け止め □方位磁石 □登山地図 □ストック □緊急医薬品キットおよび常備薬
- レスキューシート □ビニール袋 □携帯灰皿(喫煙する方のみ) □非常食、行動食
- 軽アイゼン(残雪期は必携です) □ヘルメット □健康保険証(コピーでも可)

※岩場を歩行するコースはヘルメット・ハーネス等が必要となります。装備詳細につきましては最終日程表送付時にご案内いたします。

利用バス会社一覧(順不同)

名阪近鉄バス	名鉄観光バス	朝日観光バス	さつま交通	名古屋滋賀交通	岐阜バス観光
愛知バス	中九州観光	振内交通	欠吹交通	岐阜羽島バス	東日本交通
サンクレール	老神観光バス	会津交通	まつばんだ交通		

※利用バス会社は最終行程表に記載致します。