

北沢峠コースおすすめプラン		
Aコース	北沢峠より歌宿散策コース	所要時間: 1時間 30分
Bコース	北岳みはらし台コース	所要時間: 9分
Cコース	仙丈ヶ岳プチ登山コース	所要時間: 1時間
Dコース	北沢峠トレッキングコース	所要時間: 40分
Eコース	紅葉スポット散策コース	所要時間: 20分
Fコース	仙水峠への散策コース	所要時間: 2時間 30分

1時間あれば
Bコース+Dコース 約50分
Dコースの後こもれ山荘にて休憩 40分
紅葉の時期ならBコース+Eコースもおすすめです。約30分

2時間あれば
Aコースで原生林散策がおすすめです。1時間30分

バスを降りた正面に「北沢峠こもれ山荘」が迎えてくれます

おでん
ランチメニューも豊富でおいしいです
ラーメン
スープカレー

居心地の良い
手入山の行き届いた
施設に
おいしい食事
何れも楽しめる
山小屋です

各コース所要時間について個人差はありもののゆとりを計ってお出かけ下さい

①仙水峠への散策コース 所要時間 往復 約2時間30分

健康即向きです

岩塊斜面
樹林帯の中を歩き
崖をちぎって
川を渡り仙水小入る。
その後岩の緩く斜面が
続き峠へつぎ。
東駒ヶ岳への登山ルートあり

山頂からはほぼ100%で
東駒ヶ岳摩利支天も見ることが
できます。

仙水小屋
(完全予約制小屋)

樹林帯

長巻小屋は
北沢峠より徒歩
15分。
東駒ヶ岳登山コース
あり。

長巻小屋の前の橋を渡り 左へ行く

南アルプス林道(伊那市)

大平山荘
平家造りの山小屋で
仙丈ヶ岳への最終コース
登山口があります。
絶景展望台からの
コースは特別
です

雨量観測所

北沢峠こもれ山荘

バス待合所

北沢峠 山梨バス停

北沢峠こもれ山荘
北沢峠こもれ山荘は横から双尾山登山道に入り、途中分岐点より山荘とトレッキングできるコースです。
所用時間 約40分
(2,032m)

長野県・山梨県
の県境です

大平山荘
原生林遊歩道入口

至歌宿(1680m)

丹波新道

平右衛門門矢

金吾寺・東駒ヶ岳
最大のスポット

アサギマダラ

散策

美しい原生林

登山ルート五ヶ所
下の山より注意

大平山荘の山頂への
最短コースあり。
標高差は約100mで
最も簡単。

北沢峠より
大平山荘への道

②北沢峠トレッキングコース
北沢峠こもれ山荘横から双尾山登山道に入り、途中分岐点より山荘とトレッキングできるコースです。
所用時間 約40分
(2,032m)

北沢峠 山梨バス停

長野県・山梨県
の県境です

③仙丈ヶ岳登山コース
こもれ山荘から山頂へ少し行くと仙丈ヶ岳登山案内が出ています。こちらから2合目を目指してみるのも良いのでは? 所用時間 往復約1時間

山梨側に向く右側
橋を渡ると「おはらし台」

山梨バス停

「おはらし台」より北岳を見ることできます
北沢峠より9分

④北岳みはらし台コース
山梨側に向く右側
橋を渡ると「おはらし台」

山梨バス停

「おはらし台」より北岳を見ることできます
北沢峠より9分

南アルプス開拓の父
北沢長徳のロープを見ることが
できます

北沢峠より15分

北沢峠より10分

至河原

⑤北沢峠より歌宿 散策コース
北沢峠より歌宿まで
トレッキング所用時間約1時間30分

美しい原生林

登山ルート五ヶ所
下の山より注意

大平山荘の山頂への
最短コースあり。
標高差は約100mで
最も簡単。

北沢峠より
大平山荘への道

原生林の中を歩くコース
本葉は戸田までの登山コース

至北沢峠

山の楽しみ方
をいくつか
お分けします

⑥紅葉スポット散策コース
河原方面へ降りて行く。紅葉時は
1は良いスポットです。
峠の散策にはお祈り。ふりかかると
右手に東沢山。左手に駒ヶ岳
摩利支天。

15分ほど歩くと湖山の
種がある。北沢
峠に降りると紅葉は
見えます。

所用時間 約20分

至河原

標高2,000m 南アルプス 北沢峠を楽しもう