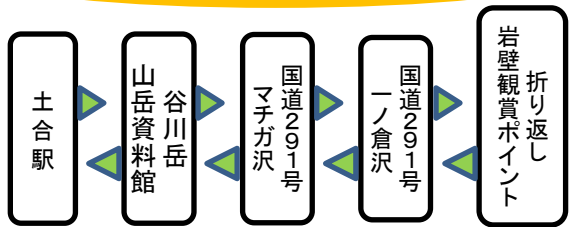


駅からハイキングコースマップ

コースのご案内



スタート&ゴール

チェックポイント
(スタンプ)

みなかみ町 深緑の「一ノ倉沢」岩壁鑑賞ハイキング (6/1~6/30)
みなかみ町 日本三大岩壁「一ノ倉沢」岩壁鑑賞ハイキング
(7/1~9/30(7/12,9/13を除く))

【スタート受付】谷川岳山岳資料館 (受付時間)午前9時30分~午前11時30分
【ハイキング】

- ・下記赤字の国道291号線を往復してください。
- ・折り返しポイントにあるスタンプをこのコースマップに押してください。
- ・野生動物にエサを与えたり、近づいたりしないでください。
- ・天候が急変した際などは無理をせずお戻りください。

【ゴール受付】

- ・午後3時30分までに山岳資料館へスタンプの押されたコースマップをご提示ください。

【所要時間】約4時間(コースでの見学時間を含む)

【歩行距離】約7km(土合駅を起点とした往復は約10kmです。)

●緊急連絡先 みなかみ町観光協会 電話:0278-62-0401



一ノ倉沢

国道開削当時の石垣

明治18年に完成した清水峠道は、現在国道291号線として道形を残しているとともに、道の山際には苔むした当時の「石垣」がところどころに見られ、往時を偲ぶことができます。



100年を超える石垣

マチガ沢~一ノ倉沢
約1.6km 徒歩約25分

マムシ岩

休憩ポイント3

休憩ポイント2

←この辺りから携帯電話が圏外となります。

休憩ポイント1

谷川岳山岳資料館~マチガ沢
約1.7km 徒歩約30分



谷川岳登山指導センター
電話:0278-72-3688

坂道はここまでです。
一ノ倉沢出合まで
緩やかな道が続きます。

天神平スキー場
1320m



谷川岳山岳資料館

谷川岳
山岳資料館
スタート
&ゴール
(自販機あり)

谷川岳ロープウェイ

お食事・おみやげ
自販機もあります!

土合駅~谷川岳山岳資料館
約1.7km 徒歩約20分

※7/12と9/13は土合駅がスタートとなります。

■列車・バスの時刻表

■列車

(土合駅発上り 水上行)

10:17(土休日と一部の日運転) 12:26 15:31 18:21(最終)

(土合駅発下り 長岡行) ※下りホームは地下ホームで約10分かかります。

11:51(土休日と一部の日運転) 13:50 17:52 20:45(最終)

(水上駅発上り 高崎行) ※12時台~

12:56 14:07 14:56 15:53 16:45 17:41 18:37
20:08 21:10(最終)

■路線バス ※11時台~、水上駅まで大人670円です。

(谷川岳ロープウェイ駅発 水上駅・上毛高原駅行)

11:05 11:35 12:15 13:15 14:13 15:10 16:00
16:15 17:00(最終)

お知らせ

■7/12(土)と9/13(土)の両日は臨時列車 快速「一村一山」号(上野⇄土合)が運転されます。当日の駅ハイは「一村一山 上越線深緑(初秋)の一ノ倉沢岩壁鑑賞ハイキング」として開催いたします!!
ぜひご参加ください。(両日は土合駅が受付です)

■群馬・新潟県境周辺の散策には「雪国観光バス」が便利です。フリーエリア内JR線および対象バスが2日間乗り放題となるお得なチケットです。詳しくはフリーエリア内のJRの主な駅までお尋ねください。