

トレッキングコースレベルについて

レベル表はあくまでもご参考ですのでご自身の体力・経験に合わせて選びましょう



技術レベル

【初級】

ウォーキング・低山ハイキングレベル

【中級】

高山での歩行、多少の岩場や悪路があり
注意を怠れば多少の危険が伴うレベル

【上級】

中級コース参加経験者で、
技術・体力に自己責任が持てる方対象

体力レベル

【1】

初心者でもご参加いただけるコース

【2】

体力には少し自信があり、日頃から運動に
親しまれている方のコース

【3】

高低差も大きく歩行距離・行動時間の長い
比較的体力を必要とするコース