

コースタイム

1 神居尻山(946.7m)

8月6日(水) 晴

		標高
7:25	道民の森登山口駐車場発	285
7:39	Bコース登山口	335
8:00 ~ 8:05	休憩	450
8:30 ~ 8:35	休憩	640
8:45 ~ 8:50	尾根に出る	730
9:30 ~ 9:40	Cコースと合流	855
10:13 ~ 11:00	神居尻山山頂	945
11:10	避難小屋	900
11:20	ピンネシリ分岐	895
12:00 ~ 12:05	休憩	685
12:24	林道と交差	530
12:59	Aコース登山口(駐車場)着	295
所要時間	5時間35分	標高差 660m

2 南暑寒岳(1296.3m)

8月7日(木) 快晴

		標高
7:00	南暑寒荘・駐車場発	560
8:10 ~ 8:20	休憩	860
8:30	湿原入口	865
8:45 ~ 8:55	展望テラス	860
9:25	湿原出口	860
10:02 ~ 10:10	休憩	1010
10:58 ~ 11:30	南暑寒岳山頂	1295
12:30	湿原出口	870
13:00 ~ 13:10	展望テラス	865
14:10	南暑寒荘・駐車場着	560
所要時間	7時間10分	標高差 735m

3 十勝岳(2077m)

8月9日(土) ガス

		標高
8:40	十勝岳展望台駐車場発	940
9:25 ~ 9:30	休憩	1290
10:00 ~ 10:05	休憩	1500
10:34 ~ 10:40	昭和噴火口	1720
11:25 ~ 11:50	十勝岳山頂	2080
12:25	昭和噴火口	1730
13:22	美瑛岳分岐	1245
13:55	十勝岳展望台駐車場着	935
所要時間	5時間15分	標高差 1140m

(下りは休憩なし)

4 富良野岳(1912m)

8月10日(日) 快晴

		標高
6:00	十勝岳温泉稜雲閣前駐車場発	1280
6:23	安政火口分岐	1415
6:48 ~ 6:50	上ホロカメツク分岐	1505
6:58 ~ 7:00	休憩(沢)	1505
7:58 ~ 8:05	休憩	1645
8:22	縦走路(上ホロカメツク分岐)	1745
9:05 ~ 9:45	富良野岳山頂	1910
10:20	縦走路(上ホロカメツク分岐)	1740
11:02	沢を渡る	1545
11:09 ~ 11:15	休憩(沢)	1495
11:22	上ホロカメツク分岐	1495
11:38	安政火口分岐	1420

	11:58	十勝岳温泉稜雲閣前駐車場着		1285
所要時間	6時間		標高差	630m

5 羅臼岳(1660.2m)

8月12日(火) 快晴

				標高
	4:55	岩尾別温泉駐車場発		260
	5:33	オホーツク展望台		530
	6:13 ~ 6:22	弥三吉水		810
	6:32	極楽平		850
	6:55	仙人坂		955
	7:12 ~ 7:15	銀冷水		1060
	7:21	羽衣峠		1105
	7:31	大沢入口		1140
	8:22 ~ 8:27	羅臼平		1360
	8:47	岩清水		1445
	9:23 ~ 9:55	羅臼岳山頂		1660
	10:22 ~ 10:27	岩清水		1440
	10:42 ~ 11:10	羅臼平		1355
	11:44	羽衣峠		1105
	11:48	銀冷水		1065
	12:00	仙人坂		965
	12:18	極楽平		855
	12:27 ~ 12:37	弥三吉水		825
	13:33	木下小屋		290
	13:40	岩尾別温泉駐車場着		260
所要時間	8時間40分		標高差	1400m

6 雄阿寒岳(1370m)

8月16日(土) 晴

				標高
	6:55	登山口駐車場発		450
	7:28	一合目		515
	7:50 ~ 7:55	二合目		670
	8:15	三合目		785
	8:31 ~ 8:35	休憩		895
	9:20 ~ 9:25	五合目		1195
	10:15 ~ 10:50	雄阿寒岳山頂		1370
	12:05 ~ 12:10	三合目		785
	12:26	二合目		670
	12:44	一合目		515
	12:55 ~ 13:00	次郎湖		440
	13:15	登山口駐車場着		445
所要時間	6時間20分		標高差	925m

7 白雲山(1186m)

8月17日(日) 晴

				標高
	8:22	然別湖南岸登山口発		820
	9:18	鞍部		1090
	9:40 ~ 10:00	白雲山山頂		1185
	10:33	天望山分岐		960
	10:51	天望山登山口		820
	11:15	然別湖南岸登山口着		815
所要時間	2時間50分		標高差	370m

8.9 大雪山:黒岳(1984m)・北海岳(2134m)

8月18日(月)

快晴

				標高
	6:00	ロープウエー始発		675
	6:10	黒岳駅(五合目)		1300
	6:25	リフトで上る(七合目)		1540
	6:35	七合目発		1540

7:50 ~ 8:05	黒岳山頂		1985
8:22 ~ 8:30	黒岳石室		1895
8:43	沢を渡る		1835
9:21 ~ 9:25	休憩(ベンチ)		1950
9:55 ~ 10:15	北海岳山頂		2135
11:27 ~ 11:30	黒岳石室		1895
11:48 ~ 11:55	黒岳		1985
12:35	七合目着(リフト駅)		1544
リフト・ゴンドラで下る	層雲峡駅		670
所要時間	6時間	標高差	595m

10 チセヌプリ(1134m) 8月21日(木) ガス

			標高
8:55	神仙沼駐車場発		760
9:07	神仙沼・長沼分岐		770
9:27	神仙沼一周		770
9:37	長沼		790
9:55	長沼を離れる		790
10:11 ~ 10:15	しゃくなげ岳分岐		890
10:22	チセヌプリ分岐		875
10:57 ~ 11:20	チセヌプリ山頂		1135
11:41	チセヌプリ分岐		875
11:48	しゃくなげ岳分岐		890
12:00	長沼に着く		785
12:15	長沼を離れる		785
12:23	神仙沼・長沼分岐		765
12:32	神仙沼駐車場着		750
所要時間	3時間40分	標高差	385m

11 後志羊蹄山(1893m) 8月22日(金) 快晴

			標高
6:00	倶知安コース駐車場発		350
7:00	三合目		755
7:20	四合目		860
7:48 ~ 7:50	5合目・休憩		1045
8:14	六合目		1220
8:40	七合目		1405
9:03 ~ 9:10	八合目・休憩		1590
9:23	九合目		1685
9:35	外輪山へ出る		1830
10:10 ~ 10:20	羊蹄山山頂		1895
10:37 ~ 10:51	真狩コース分岐・昼食		1860
10:56	外輪山分岐		1830
11:11	九合目		1685
11:21	八合目		1590
11:35	七合目		1400
11:51 ~ 11:56	六合目・休憩		1220
12:11	五合目		1045
12:28	四合目		855
12:38	三合目		760
12:52	二合目		640
13:25	倶知安コース駐車場着		355
所要時間	7時間30分	標高差	1545m