



# ぐんま県境稜線トレイル

眼下に雄大な景色を望みながら歩く稜線トレイルの魅力は、何といても見晴らしの良さ。さえぎるものがないため、遠くの山々まで見渡すことができ、気持ちよさは格別です。

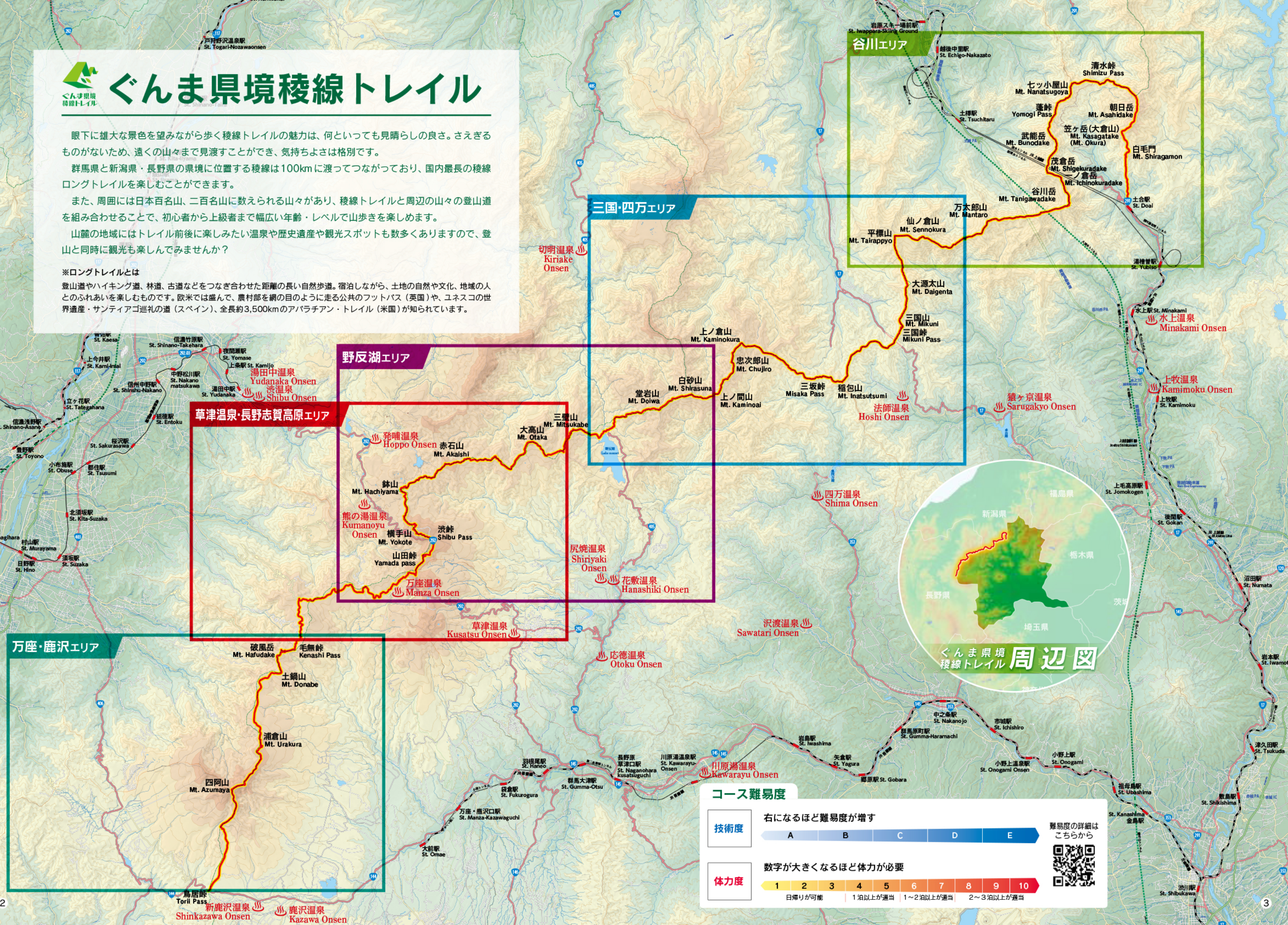
群馬県と新潟県・長野県の県境に位置する稜線は100kmに渡ってつながっており、国内最長の稜線ロングトレイルを楽しむことができます。

また、周囲には日本百名山、二百名山に数えられる山々があり、稜線トレイルと周辺の山々の登山道を組み合わせることで、初心者から上級者まで幅広い年齢・レベルで山歩きを楽しめます。

山麓の地域にはトレイル前後に楽しみたい温泉や歴史遺産や観光スポットも数多くありますので、登山と同時に観光も楽しんでみませんか？

※ロングトレイルとは

登山道やハイキング道、林道、古道などをつなぎ合わせた距離の長い自然歩道。宿泊しながら、土地の自然や文化、地域のひととのふれあいを楽しむものです。欧米では盛んで、農村部を網の目のように走る公共のフットパス（英国）や、ユネスコの世界遺産・サンティアゴ巡礼の道（スペイン）、全長約3,500kmのアパラチアン・トレイル（米国）が知られています。



## 谷川エリア

## 三国・四万エリア

## 野反湖エリア

## 草津温泉・長野志賀高原エリア

## 万座・鹿沢エリア



## コース難易度

技術度

右になるほど難易度が増す

A

B

C

D

E

体力度

数字が大きくなるほど体力が必要

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

日帰り可能

1泊以上が適当

1～2泊以上が適当

2～3泊以上が適当

難易度の詳細はこちらから