

石川県 白山のグレーディング 区間詳細一覧表

ピッチ No.	登山道区間 地点コード		登山道		難易度	ルート定数	起点 地点標高 (m)	終点 地点標高 (m)	最高地点 標高 (m)	コース タイム (時間)	ルート長 (km)	累積標高差 (km)		備考
	登り	下り	登り	下り								登り	下り	
1	別当出合 ⇄ 南竜道分岐	登り	別当出合 → 南竜道分岐	砂防新道 (登り専用ルート)	A	14.5	1,260	2,096	2,096	2.67	3.588	0.861	0.025	転倒事故多し 足元注意 登り専用ルート: 急坂、転倒注意
	T2 ⇄ B1	下り	南竜道分岐 → 別当出合	砂防新道 (下り専用ルート)										
2	南竜道分岐 ⇄ 室堂	登り	南竜道分岐 → 室堂	砂防新道・観光新道	A	6.6	2,096	2,445	2,445	1.33	1.778	0.362	0.013	転倒事故多し 足元注意 十二曲り: 落石、急坂、転倒注意
	B1 ⇄ S1	下り	室堂 → 南竜道分岐											
3	室堂 ⇄ 御前峰	登り	室堂 → 御前峰	山頂登頂ルート	A	4.1	2,445	2,702	2,702	0.67	1.022	0.257	0.000	
	S1 ⇄ P1	下り	御前峰 → 室堂											
4	別当出合 ⇄ 別当坂分岐	登り	別当出合 → 別当坂分岐	観光新道	B	8.0	1,260	1,685	1,685	1.67	1.583	0.450	0.025	急坂、滑りやすい箇所あり 通行注意
	T2 ⇄ B2	下り	別当坂分岐 → 別当出合											
5	別当坂分岐 ⇄ 室堂	登り	別当坂分岐 → 室堂	観光新道	A	14.6	1,685	2,445	2,445	3.17	3.514	0.781	0.021	ガレ場あり 通行注意
	B2 ⇄ S1	下り	室堂 → 別当坂分岐											
6	千蛇ヶ池分岐 ⇄ 御前峰	登り	千蛇ヶ池分岐 → 御前峰	お池めぐりコース	B	3.0	2,577	2,702	2,702	0.67	1.250	0.144	0.019	濃霧時 道迷い注意 ガレ場、急坂、落石、転倒注意
	B3 ⇄ P1	下り	御前峰 → 千蛇ヶ池分岐											
7	室堂 ⇄ 千蛇ヶ池分岐	登り	室堂 → 千蛇ヶ池分岐	お池めぐりコース	A	3.4	2,445	2,577	2,577	0.83	1.430	0.147	0.015	
	S1 ⇄ B3	下り	千蛇ヶ池分岐 → 室堂											
8	室堂 ⇄ 千蛇ヶ池分岐	登り	室堂 → 千蛇ヶ池分岐	お池めぐり近道	A	2.9	2,445	2,577	2,581	0.67	0.985	0.144	0.012	
	S1 ⇄ B3	下り	千蛇ヶ池分岐 → 室堂											
9	南竜道分岐 ⇄ 南竜山荘	登り	南竜道分岐 → 南竜山荘	南竜道	A	1.4	2,096	2,077	2,112	0.33	1.056	0.048	0.067	
	B1 ⇄ S2	下り	南竜山荘 → 南竜道分岐											
10	南竜道分岐 ⇄ 室堂	登り	南竜道分岐 → 室堂	南竜道・エコライン	A	7.0	2,096	2,445	2,445	1.42	2.436	0.375	0.026	7月中旬まで残雪あり 滑落注意 ※2026年現在通行止め
	B1 ⇄ S1	下り	室堂 → 南竜道分岐											
11	南竜山荘 ⇄ 室堂	登り	南竜山荘 → 室堂	トンビ岩コース (石徹白道)	A	7.3	2,077	2,445	2,445	1.67	1.875	0.373	0.005	7月中旬まで残雪あり 滑落注意
	S2 ⇄ S1	下り	室堂 → 南竜山荘											
12	南竜山荘 ⇄ 室堂	登り	南竜山荘 → 室堂	展望歩道	A	8.6	2,077	2,445	2,451	2.00	2.978	0.410	0.042	7月中旬まで残雪あり 滑落注意
	S2 ⇄ S1	下り	室堂 → 南竜山荘											
13	市ノ瀬 ⇄ 別山	登り	市ノ瀬 → 別山	別山・市ノ瀬道	A	28.9	829	2,399	2,399	5.50	8.442	1.646	0.076	
	T1 ⇄ P2	下り	別山 → 市ノ瀬											
14	南竜山荘 ⇄ 別山	登り	南竜山荘 → 別山	石徹白道 (南縦走路)	C	7.7	2,077	2,399	2,399	2.50	4.435	0.161	0.483	赤谷: 残雪時 通行注意、渡渉箇所 増水時 注意 湯坂: 7月中旬まで残雪あり 滑落注意 大崩落: ヤセ尾根、ガレ場あり 滑落注意
	S2 ⇄ P2	下り	別山 → 南竜山荘											
15	三ノ峰 ⇄ 別山	登り	三ノ峰 → 別山	石徹白道 (南縦走路)	A	8.0	2,128	2,399	2,399	1.83	2.468	0.388	0.117	御手洗池周辺: スリップ注意 三ノ峰周辺: 道の崩落あり 通行注意
	P3 ⇄ P2	下り	別山 → 三ノ峰											
16	市ノ瀬 ⇄ 指尾	登り	市ノ瀬 → 指尾	白山禅定道	A	12.3	829	1,418	1,418	2.67	3.417	0.646	0.057	
	T1 ⇄ P5	下り	指尾 → 市ノ瀬											
17	指尾 ⇄ 別当坂分岐	登り	指尾 → 別当坂分岐	白山禅定道	B	7.0	1,418	1,685	1,685	1.33	2.368	0.386	0.119	岩のヤセ尾根: 急な階段 通行注意
	P5 ⇄ B2	下り	別当坂分岐 → 指尾											
18	市ノ瀬 ⇄ 釈迦岳前峰	登り	市ノ瀬 → 釈迦岳前峰	釈迦新道	A	24.5	829	2,026	2,026	4.83	7.566	1.347	0.150	※2026年現在通行止め
	T1 ⇄ P4	下り	釈迦岳前峰 → 市ノ瀬											
19	釈迦岳前峰 ⇄ 七倉山分岐	登り	釈迦岳前峰 → 七倉山分岐	釈迦新道	A	12.4	2,026	2,514	2,514	2.67	3.783	0.638	0.150	道の崩落あり、迂回路あり ※2026年現在通行止め
	P4 ⇄ B4	下り	七倉山分岐 → 釈迦岳前峰											
20	七倉山分岐 ⇄ 千蛇ヶ池分岐	登り	七倉山分岐 → 千蛇ヶ池分岐	楽々新道 (大汝峰経由)	A	6.2	2,514	2,577	2,684	1.58	2.172	0.255	0.192	七倉山分岐: 残雪時 道迷い注意 千蛇ヶ池分岐: 濃霧時 道迷い注意
	B4 ⇄ B3	下り	千蛇ヶ池分岐 → 七倉山分岐											
21	七倉山分岐 ⇄ 千蛇ヶ池分岐	登り	七倉山分岐 → 千蛇ヶ池分岐	楽々新道 (大汝峰巻道経由)	A	5.4	2,514	2,577	2,583	1.42	2.468	0.206	0.143	七倉山分岐: 残雪時 道迷い注意 千蛇ヶ池分岐: 濃霧時 道迷い注意
	B4 ⇄ B3	下り	千蛇ヶ池分岐 → 七倉山分岐											
22	一里野山頂駅 ⇄ しかり場分岐	登り	一里野山頂駅 → しかり場分岐	加賀新道	A	11.3	1,024	1,542	1,542	2.50	3.397	0.572	0.054	
	T3 ⇄ B6	下り	しかり場分岐 → 一里野山頂駅											
23	ハラヒ谷登山口 ⇄ しかり場分岐	登り	ハラヒ谷登山口 → しかり場分岐	加賀禅定道	A	15.0	668	1,542	1,542	2.83	3.606	0.882	0.008	
	T4 ⇄ B6	下り	しかり場分岐 → ハラヒ谷登山口											
24	しかり場分岐 ⇄ 奥長倉避難小屋	登り	しかり場分岐 → 奥長倉避難小屋	加賀禅定道	A	6.7	1,542	1,728	1,728	1.67	2.656	0.284	0.098	
	B6 ⇄ S4	下り	奥長倉避難小屋 → しかり場分岐											
25	奥長倉避難小屋 ⇄ 七倉山分岐	登り	奥長倉避難小屋 → 七倉山分岐	加賀禅定道	B	19.3	1,728	2,514	2,514	4.17	6.417	0.976	0.190	8月上旬まで残雪あり 通行注意 美女坂: 細く急な尾根 通行注意
	S4 ⇄ B4	下り	七倉山分岐 → 奥長倉避難小屋											
26	新岩間温泉 ⇄ 縦ヶ丘	登り	新岩間温泉 → 縦ヶ丘	楽々新道	A	25.7	787	2,080	2,080	5.33	7.385	1.386	0.093	道細い 通行注意
	T5 ⇄ B5	下り	縦ヶ丘 → 新岩間温泉											
27	縦ヶ丘 ⇄ 七倉山分岐	登り	縦ヶ丘 → 七倉山分岐	楽々新道	A	11.5	2,080	2,514	2,535	3.00	3.555	0.498	0.064	見返坂周辺: 残雪時 道迷い注意
	B5 ⇄ B4	下り	七倉山分岐 → 縦ヶ丘											
28	中宮温泉 ⇄ シナノキ平避難小屋	登り	中宮温泉 → シナノキ平避難小屋	中宮道	B	18.2	684	1,458	1,458	4.00	5.225	0.932	0.158	細い尾根、通行注意
	T6 ⇄ S6	下り	シナノキ平避難小屋 → 中宮温泉											
29	シナノキ平避難小屋 ⇄ ゴマ平避難小屋	登り	シナノキ平避難小屋 → ゴマ平避難小屋	中宮道	A	12.9	1,458	1,850	1,850	3.00	4.214	0.611	0.219	
	S6 ⇄ S5	下り	ゴマ平避難小屋 → シナノキ平避難小屋											
30	ゴマ平避難小屋 ⇄ お花松原	登り	ゴマ平避難小屋 → お花松原	中宮道	A	18.0	1,850	2,259	2,332	4.83	6.497	0.717	0.308	道の崩落あり 通行注意
	S5 ⇄ P6	下り	お花松原 → ゴマ平避難小屋											
31	お花松原 ⇄ 千蛇ヶ池分岐	登り	お花松原 → 千蛇ヶ池分岐	中宮道	B	7.3	2,259	2,577	2,608	1.67	1.973	0.365	0.047	残雪時、濃霧時 道迷い注意 急傾斜 通行注意
	P6 ⇄ B3	下り	千蛇ヶ池分岐 → お花松原											
32	とがの木台駐車場 ⇄ 三方岩岳	登り	とがの木台駐車場 → 三方岩岳	とがの木台園地園路・北縦走路	A	6.8	1,423	1,736	1,736	1.50	1.841	0.353	0.040	
	T7 ⇄ P8	下り	三方岩岳 → とがの木台駐車場											
33	三方岩岳 ⇄ 三方岩岳	登り	三方岩岳 → 三方岩岳	北縦走路	A	5.3	1,455	1,736	1,736	1.08	1.357	0.293	0.012	
	T8 ⇄ P8	下り	三方岩岳 → 三方岩岳											
34	三方岩岳 ⇄ 野谷荘司山	登り	三方岩岳 → 野谷荘司山	北縦走路	A	4.1	1,736	1,797	1,797	0.75	2.135	0.201	0.140	馬狩荘司山周辺: 細い尾根、通行注意
	P8 ⇄ P7	下り	野谷荘司山 → 三方岩岳											
35	野谷荘司山 ⇄ ゴマ平避難小屋	登り	野谷荘司山 → ゴマ平避難小屋	北縦走路	B	18.5	1,797	1,850	1,945	5.17	7.754	0.653	0.600	道の崩落あり 通行注意
	P7 ⇄ S5	下り	ゴマ平避難小屋 → 野谷荘司山											
36	大白川温泉 ⇄ 大倉山避難小屋	登り	大白川温泉 → 大倉山避難小屋	平瀬道	A	13.5	1,256	2,009	2,026	2.50	3.497			