

TREKKING COURSE POINT

登山コースポイント

森林コース

コースは植林や灌木に囲まれ、馬頭観音の先でパノラマコースに合流すると、急峻なルートと北側から迂回する楽なルートの分岐があります。



浅い谷筋に沿って桧と杉の植林をまっすぐ上ると遊歩道を横切り、そこで女岳コースへと分岐になります。森林コースは澗れ谷沿いとなり傾斜が徐々に増すと左に折れて尾根につき、左の馬頭観音へ迂回しパノラマコースと合流し山頂を目指します。

パノラマコース

植林や灌木の二次林に囲まれている。コース名にふさわしい展望はほとんどなく森林コースよりも、ゆっくりと標高を上げるため登りやすいコースです。馬頭観音の祠で森林コースと合流します。



山頂までの最後の登りは、急登ルートと北側から迂回する楽なコースがあります。途中「らくらくコース」への分岐があるが、名前程らくではないです。時間の短縮は望めますが、急坂になるので足元に注意する必要があります。

東登山口コース(9合目)

登山口よりアセビの林をのぼっていくと、道が左右に分かれ左は女岳、右は鞍岳山頂に至ります。いずれも登山口から20分程度で、山頂では360度のパノラマが望め、雲仙、多良の山々、九重連山、阿蘇五岳など展望が雄大です。



北東に伸びる稜線をたどると鞍岳山頂から約40分でツームシ山山頂。山間は、花が多く春から秋にかけてお花畑のようです。

TRAFFIC ACCESS

交通アクセス

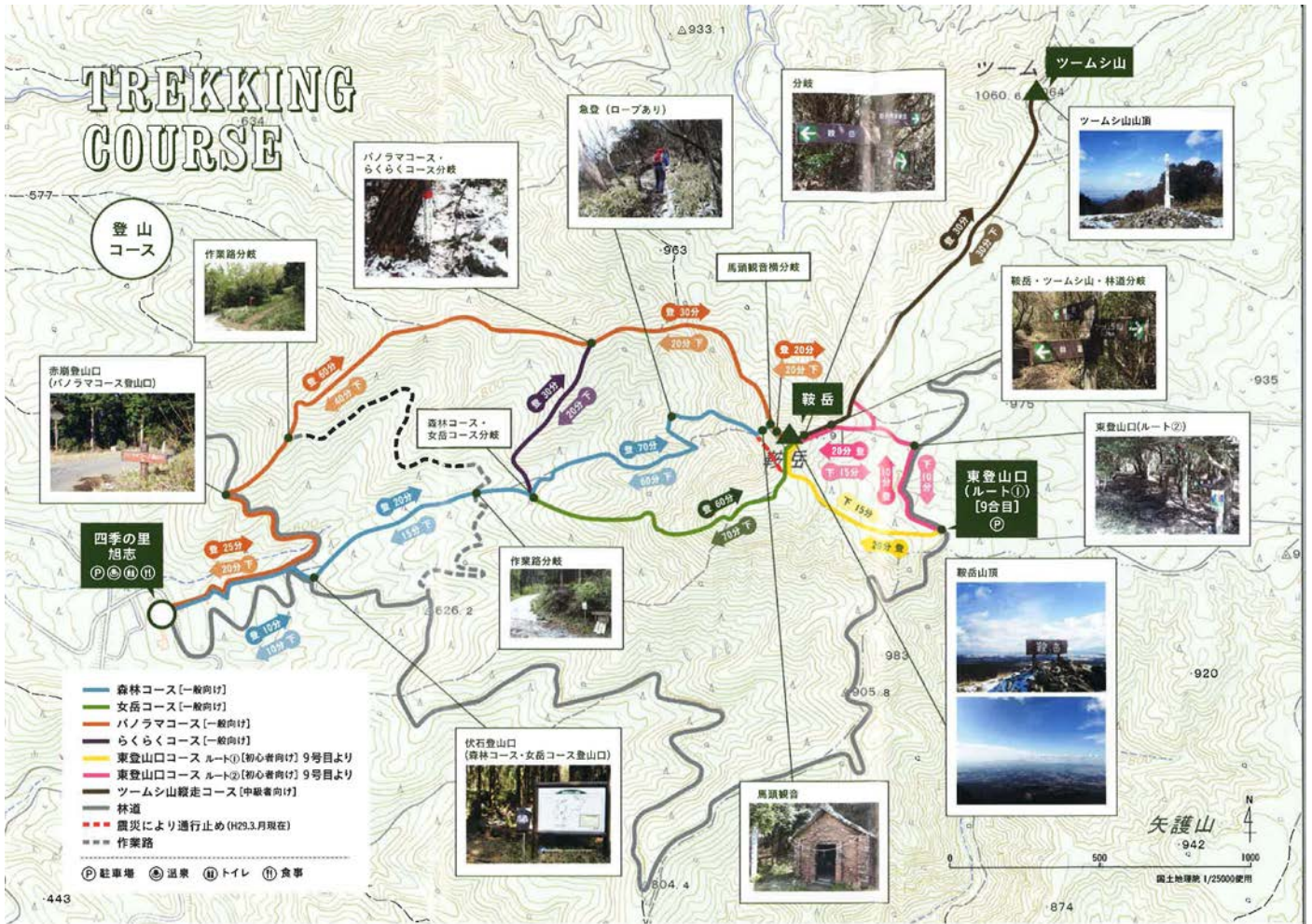
熊本空港	車で約30分	四季の里 旭志
熊本IC	車で約35分	
植木IC	車で約40分	
熊本市	車で約1時間	

INFORMATION

四季の里 旭志

〒869-1202 熊本県菊池市旭志麓2934-10

Tel 0968-37-3939



TREKKING FASHION ITEM

帽子

日焼け防止や怪我防止につながります。冬は防寒用のニット帽がオススメです。



Autumn and Winter
[秋冬]

防寒具

ウィンドブレーカー、フリースやダウン等季節に応じた防寒具を持参しましょう。



手袋

夏は薄手、冬は保温性があるものを用意しましょう。

TREKKING FASHION ITEM

Spring and Summer
[春夏]

服装

速乾性の化学繊維素材のものがオススメ。重ね着を着脱しながら温度調節が出来ます。

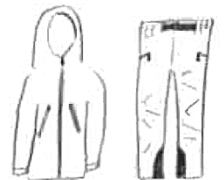
ザック

日帰り登山は20~30リットルのものを用意しましょう。



雨具

天候に限らず、上下別れた登山用の雨具を持参しましょう。



ズボン

動きやすく、ストレッチ性があるものがオススメです。

靴

くるぶしまでのミドルカットからハイカットの登山靴を履きましょう。

INFORMATION

四季の里 旭志

〒869-1202 熊本県菊池市旭志麓2934-10
Tel 0968-37-3939