

area	名称	担当者	TEL	場所	URL	E-mail	コース名	コース特徴	距離	A	B	C	D	E	運営期間
1 北海道	ロッジヌタプカウシペ	春菜	0166-97-2150	旭岳温泉	——	——	旭岳温泉クロスカントリーコース	自然溢れる林間コース	3km	×	×	△	○	×	1/7～12/27
2 北海道	旭岳ビジターセンター	——	0166-97-2153	旭岳温泉	——	——	旭岳温泉クロスカントリーコース	自然溢れる林間コース	4km	×	×	△	○	×	1/7～12/27
3 北海道	道の駅ひがしかわ「道草館」	——	0166-68-4777	東川町	——	——	旭岳温泉クロスカントリーコース	自然溢れる林間コース	5km	×	×	△	○	×	1/7～12/27
4 北海道	東川町観光協会	——	0166-82-3761	東川町	http://town.higashikawa.hokkaido.jp/	——	旭岳温泉クロスカントリーコース	自然溢れる林間コース	2km	×	×	△	○	×	1/7～12/27
5 青森県	NPO 法人岩木山自然学校 P ワンダーランド	高田 敏幸	0172-83-2670	岩木山	http://www.infoamori.ne.jp/pensionwonderland/	pwonder@infoamori.ne.jp	常盤野七福神めぐりコース	常盤野地域内の七つの祠を巡る自然豊かなコース	5km	×	×	○	○	○	通年
6 岩手県	LODGE クラブマン	倉金 純也	0195-78-3388	八幡平	http://www.clubman.co.jp/	clubman@clubman.co.jp	八幡平県民の森 2.5 キロ	岩手山・八幡平の山々が一望できる	5km	○	×	○	○	○	通年
7 岩手県	イーハトーヴォ安比高原自然学校	斎藤 文明	0195-73-6228	安比高原	http://www.appi.co.jp	taiken@ihr.co.jp	2nd APPI コース (冬季往復 6km)	安比高原山麓を、2nd APPI までのコース	6km	○	×	○	○	○	通年
8 岩手県	イーハトーヴォ安比高原自然学校	斎藤 文明	0195-73-6228	安比高原	http://www.appi.co.jp	taiken@ihr.co.jp	JVA イヤーランド「安比高原ブナの森を巡る道」	安比高原ブナの森を巡る周回コース	10km	○	×	○	○	○	通年
9 山形県	ヒュッテ ハイジ	永坂 守	023-679-2042	蔵王坊平	http://www.heidi.co.jp/	heidi@heidi.co.jp	蔵王坊平高原クロスカントリーコース	標高 1000m、平均幅 5m、全面芝生敷き	5km	×	×	△	○	○	通年
10 福島県	会津高原高畑スキー場	伊奈野	0241-76-2231	伊南村	http://takahata-ski.ina-area.co.jp/	——	奥会津の森の中を歩くコース	自然豊富な奥会津をのんびり散策	3km	×	×	△	△	×	通年
11 新潟県	YOC 湯沢アウトドアセンター	稲治 大介	025-787-6700	湯沢町	http://daigenta.net	yoc@daigenta.net	YOC 認定各コース (夏)	起伏の少ない、自然と触れ合えるコース	5km	○	×	○	△	○	通年
12 新潟県	YOC 湯沢アウトドアセンター	稲治 大介	025-787-6700	湯沢町	http://www.npo-neige.com/	inaji@npo-neige.com	YOC 認定各コース (冬)	ランチボックス付一日コース	7km	○	×	○	△	○	通年
13 新潟県	(有)ウッド・インだいまる	梅沢 英夫	025-789-2035	苗場	http://www.naeba.gr.jp/daimar/	daimaru@naeba.gr.jp	苗場ボードウォークコース	平坦な森の中を散策するコース	5km	○	×	○	○	○	通年
14 新潟県	民宿 以っ久	佐藤 達志	025-789-3594	苗場	http://www.naeba-wasabiya.com	wasabiya@viola.ocn.ne.jp	赤湯林道コース	起伏が少なく初心者でも安心なコース	7km	○	×	○	○	○	通年
15 新潟県	民宿 以っ久	佐藤 達志	025-789-3594	苗場	http://www.naeba-wasabiya.com	wasabiya@viola.ocn.ne.jp	苗プリ 1 日ゴルフ場コース	起伏が少なく初心者でも安心なコース	5km	○	×	○	○	○	通年
16 長野県	かんてら	伊東 祐満	0261-82-2755	小谷村	http://www.kantera.jp/	otari@kantera.jp	コルチナチップロード周遊コース	多様な樹相、北アルプスと頸城連山の眺望	1km	○	×	○	△	○	通年
17 長野県	落倉旅館組合	高橋 誠	0261-72-3233	白馬村	http://ochikura.travel.coocan.jp	ochikura@mbn.nifty.com	スノーシュー 4 コース	ビキナーから経験者まで楽しめるコース	3km	○	×	○	○	△	通年
18 長野県	落倉旅館組合	高橋 誠	0261-72-3233	白馬村	http://ochikura.travel.coocan.jp	ochikura@mbn.nifty.com	スノーシュー 4 コース	4 コースを組み合わせてアレンジしてあります。	6km	○	×	○	○	△	通年
19 長野県	ペンション ピオレ	吉本 照久	026-254-3045	戸隠高原	http://piore.com	piore@piore.com	戸隠古道ノルディックウォーク	戸隠の昔からある道を楽しく歩きます	10km	○	×	○	○	○	通年
20 長野県	なべくら高原 森の家	白田 武司	0269-69-2888	なべくら高原	http://www.iiyama-catv.ne.jp/~morinoie/	morino10@iiyama-catv.ne.jp	ブナ林てくてくコース	ブナ林を抜けるユニバーサルデザインの「ブナの里山こみち」	5km	○	×	○	○	×	通年
21 長野県	なべくら高原 森の家	白田 武司	0269-69-2888	なべくら高原	http://www.iiyama-catv.ne.jp/~morinoie/	morino10@iiyama-catv.ne.jp	ブナ林てくてくコース	ブナ林を抜けるユニバーサルデザインの「ブナの里山こみち」	1.2km	○	×	○	○	×	通年
22 長野県	小鳥の森	秦 孝之	026-254-3083	戸隠高原	http://www.kotorinomori.jp	guide@kotorinomori.jp	戸隠古道コース	戸隠古道パワースポットを巡り、心も身体もリフレッシュ!	10km	○	×	○	○	○	通年
23 長野県	山宿 戸隠小舎	佐々木 常念	026-254-3333	戸隠高原	http://www.tgk.janis.or.jp/~togakoya/	togakoya@tgk.janis.or.jp	戸隠連峰展望コース	初級者から楽しめるコースで新雪のあとも最高です	2km	△	×	○	○	○	通年
24 長野県	ランプの宿 高峰温泉	後藤 英男	0267-25-2000	高峰高原	http://www.takamine.co.jp/bb/index.html	g-hmsa@bh.wakwak.com	湯ノ丸高峰林道コース	標高 2000m の大パノラマと天然カラ松に囲まれたコース	7km	○	×	○	○	×	通年
25 長野県	ランプの宿 高峰温泉	後藤 英男	0267-25-2000	高峰高原	http://www.takamine.co.jp/bb/index.html	g-hmsa@bh.wakwak.com	林間コース	標高 2000m の大パノラマと天然カラ松に囲まれたコース	3km	○	×	○	○	×	通年
26 長野県	ランプの宿 高峰温泉	後藤 英男	0267-25-2000	高峰高原	http://www.takamine.co.jp/bb/index.html	g-hmsa@bh.wakwak.com	原生林コース	標高 2000m の大パノラマと天然カラ松に囲まれたコース	5km	○	×	○	○	×	通年
27 長野県	ロッジ 上天気	寺本 勝司	0264-44-2131	開田高原	http://www.jotenki.com/	——	整備中	整備中	——	△	×	△	△	○	通年
28 兵庫県	兵庫県立兎和野高原野外教育センター	西田 一彦	0796-94-0211	兎和野高原	http://www.uwano.jp	info@uwano.jp	ふれあいの森ウォーキングコース 5km	広葉・針葉樹の森、芝生広場などを周遊	5km	○	○	○	○	○	通年 (12/31～1/3 は休館)
29 兵庫県	兵庫県立兎和野高原野外教育センター	西田 一彦	0796-94-0211	兎和野高原	http://www.uwano.jp	info@uwano.jp	キャンプの森ウォーキングコース 3km	兎和野高原のキャンプ場をめぐる遊歩道を周遊	3km	○	○	○	○	○	通年 (12/31～1/3 は休館)
30 兵庫県	尼崎市立美方高原自然の家	古岡 恵祐	0796-97-3600	美方高原	http://obs-mikata.org	info@obs-mikata.org	とちの木ウォーキングコース	とちの木群生地、広葉・針葉樹さまざまな森散策コース	5km	○	△	○	○	○	通年 (12/29～1/3、毎週月曜休館)

A：ポールレンタル B：コース使用料 C：ガイドツアー D：コースマップ E：アドバイザー F：ポールレンタル料