

例会山行ランクの改定について

例会山行の難易度を示す山行グレード表を改定します。

- ・呼称を「グレード」から「ランク」に変更します。
- ・難易度をより分かりやすくするため、従来の「歩行時間」に加え「距離」・「標高差」の目安を追記しました。
- ・現状の、初級、一般・・・といった名称は、実態と合っていない面もあるため、アルファベットと数字でランクを表記することにしました。(A1～C2)
- ・この表を参考に、ご自身の体力に合った例会に参加してください。
- ・2026年5月以降に開催される例会から適用します。

ランク	歩行時間・距離の目安	累積標高差	コース難易度の説明（難易度を★の数で示す）	おおまかな分類
A1	10km 未満 3～4 時間程度	300m 以下	史跡・城・町歩きなど平地を中心としたコースで、体力的にも楽なコース ★	やさしい (軽ハイキング)
A2	10km 未満 4 時間程度	300～500m	低山歩きのコース。多少の登り下りがある軽い山歩き、自然観察会（写真）など ★	
B1	10km 未満 4～5 時間程度	500～700m	日頃身体を動かしている人なら普通に歩ける。一般向きだがやや大きい起伏もあるコース ★★	ふつう (山歩き)
B2	10km 程度 5～6 時間	700～800m	特に危険はないが、急な登り下りもあるコース。一部バリエーションルートを含むことがある ★★★	
C1	10km 以上 7 時間程度	1000m 程度	距離が少し長く、途中にクサリ・ロープ・岩場・ハシゴ場・倒木など一部危険なところや急な登り下りがあり、体力、経験を要すコース ★★★★	きつい (登山)
C2	10km 超 7 時間以上	1000m 以上	距離が長く、危険なガレ場、雪渓トラバース、岩場歩き、谷の渡渉、やぶ漕ぎなど、体力・技術・山の経験を要す健脚者向き、長い縦走コースなど ★★★★★	