

MAGIC UP HILL

市民の森ルート登山道

山頂到達の達成感がハンパない！
標高差1150mの極上アップヒル

登山道の歴史を辿る
豊殿（ほうでん）小学校
により、かつて実施されていた
登山遠足ルートです

6合目（標高1500m）

パーティカル 関門・エイド
（スタートから4.7km）

SKYコース 関門・エイド
（スタートから11.5km/22.5km）

烏帽子岳山頂（標高2066m）

パーティカルフィニッシュ
（スタートから7.2km）

山頂コース 折り返し地点
（スタートから9.0km）

怪我注意：急峻な岩場

怪我注意：急峻な岩場

減速&注意：山頂稜線登山者多し

烏帽子岳稜線

森林限界を抜けた360度の眺望

東御市

東御市

プランB（悪天時）コース
山頂コース折り返し地点

殿城山

下見の際は道迷い注意

5合目（標高1415m）

山頂コース 関門・エイド
（スタートから5.5km/12.5km地点）

SKYコース エイド
（スタートから5.5km/28.5km地点）

豊殿小学校

山の神

上田市市民の森公園（標高900m）

パーティカルメイン会場
SKYコース 関門・エイド
（スタートから17.8km）

MAGIC DOWN HILL

祢津ルート登山道

誰もが下りが上手くなった気になれる！
全長7km/標高差1150mの極上ダウンヒル

登山道の歴史を辿る
祢津（ねつ）小学校
により、かつて実施されていた
登山遠足ルートです

祢津御堂ヴィンヤード
（ワイン用ブドウ畑）

山の神

山の神（標高860m）

山の神コース 折り返し地点
（スタートから1.5km地点）

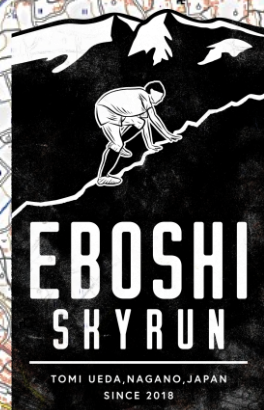
上信越自動車道
東部湯の丸インター

祢津御堂ヴィンヤード（標高760m）

スカイレースメイン会場

祢津小学校

東御市



EBOSHI
SKYRUN

TOMI UEDA, NAGANO, JAPAN
SINCE 2018