



ルートタイム ※休憩含まず

笹ヶ峰登山口 $\xleftrightarrow{3:35}$ 高谷池ヒュッテ $\xleftrightarrow{1:30}$ 火打山
 高谷池ヒュッテ $\xleftrightarrow{1:05}$ 火打山
 火打山 $\xleftrightarrow{1:10}$ 高谷池ヒュッテ
 高谷池ヒュッテ $\xleftrightarrow{0:50}$ 黒沢ヒュッテ
 黒沢ヒュッテ $\xleftrightarrow{2:30}$ 妙高山山頂
 妙高山山頂 $\xleftrightarrow{2:00}$ 黒沢ヒュッテ
 妙高山山頂 $\xleftrightarrow{4:30}$ スカイケーブル山頂
 スカイケーブル山頂 $\xleftrightarrow{3:00}$ 妙高山山頂
 スカイケーブル山頂 $\xleftrightarrow{3:30}$ 燕登山口
 燕登山口 $\xleftrightarrow{4:40}$ 妙高山山頂
 燕登山口 $\xleftrightarrow{2:35}$ 高谷池ヒュッテ
 高谷池ヒュッテ $\xleftrightarrow{3:35}$ 笹ヶ峰登山口

