

# トレッキングMAP

東急リゾートタウン蓼科内には、標高1,869mの「八子ヶ峰」へ続く本格トレッキングコースと、5つの散歩道があります。  
気分に合わせて、歩きに出かけませんか？



- 約3時間
景色の良い尾根を歩こう  
『トレッキングコース』  
(西側駐車場～東側駐車場)  
※尾根に向かって登るため、急な斜面や岩場もあります。
- 5～6時間
ハケ岳を望む  
『トレッキングコース9km』  
A ← H
- 約20分 (片道)
からまつ池を歩く  
定番ルート  
『つつじの小径』
- 約40分 (片道)
からまつに囲まれた  
川沿いルート  
『こぶしの小径』
- 約40分 (片道)
からまつ池への  
林間ルート  
『からまつの小径』
- 約60分 (片道)
野鳥が多い  
川沿いのルート  
『あかしまの小径』
- 約30分 (片道)
林間の景色が  
美しい楽々ルート  
『みずならの小径』

**アリ塚に注意!**  
 怒ると立ち上がりお尻を突き出してくる!  
 ※アレルギーの人は注意!

八子ヶ峰の稜線には、春のシロウジョウバカマ、スマレ類から、秋のマツムシソウ、リンドウ等まで沢山の花々が見られます。



北横岳  
2,480m

縹枯山  
2,403m

茶白山  
2,384m

麦草峠  
2,120m

丸山  
2,330m

中山  
2,496m

天狗岳  
東天狗 2,646m  
西天狗 2,646m

硫黄岳 2,760m  
横岳 2,829m

赤岳 2,899m  
阿弥陀岳 2,805m

権現岳  
2,715m

編笠山 2,524m  
西岳 2,398m

八子ヶ峰  
頂上から  
見たハケ岳



### スマレ

開花時期:5月

#### 特徴

タウン内のいたるところで見ることができます。種類も実に豊富です。サクラスマレ・アカネスマレ・エゾノタチツボスマレ・タチツボスマレ・ゲンジスマレなど。からまつ池周辺で見ることができます。



### イワカガミ

開花時期:5月~6月

#### 特徴

岩場に生え、丸く光沢のある葉に鏡のように光が反射します。花は淡紅色の5つの花弁で先端が細かく裂けている。



### レンゲツツジ

開花時期:タウン内5月下旬  
八子ヶ峰6月

#### 特徴

高さ1~2mの落葉低木。花は朱色や黄色があります。枝先に5cm程のロート状の花弁が5~6個咲き、見ごたえがあります。



### ショウジョウバカマ

開花時期:5月~6月

#### 特徴

先端の尖ったやや細長い葉は地面に這うような感じで放射状に伸びている。花は紅紫色の一重がポピュラーですが、白花や八重咲き種もある。開花後は花茎が長く伸びて、20cm~30cmに達します。



### ハクサンフウロ

開花時期:7月~8月

#### 特徴

主に標高の高い雪のある場所に生えます。5枚ある花弁の色は基本的にピンク色ですが個体によって濃淡が異なります。



### ヤマホタルブクロ

開花時期:7月~8月

#### 特徴

葉はハート形で毛が生えており、釣鐘状の花を地面に向けて咲かせます。また、丈が高い為歩いているだけでも見つけやすいです。



### マツムシソウ

開花時期:8月~9月

#### 特徴

青紫色の花弁はまるでピンク・クッションのようです。背丈は30cmくらいになります。葉は羽状に裂けています。



### リンドウ

開花時期:8月~9月

#### 特徴

天候によってはずっと蕾状態ですが、晴天の日に釣鐘状で美しい青紫色の花を開かせます。



※その年の天候などに左右されるため必ずしも上記の花がその時期見られるとは限らないことをご承知おきください。  
※こちらの花の紹介はほんの一部でほかにも多くの草花がございます。