

妙高は、冬季の間に素晴らしいスキー環境が揃っていることで最も有名ですが、非常に多くのわくわくするような野外活動や行事が一年中予定されていますので、実際はこの地域は年間を通じて訪れるのに理想的な場所なのです。

暖かい季節には、ジップライン、テニスそしてマウンテンバイクも人気で、妙高周辺には利用できるキャンプ場がたくさんありますので、夏は野外キャンプに絶好の時期です。秋にはこの地域で長野から妙高へのマラソン大会が行われるため、夏から秋かけて多くのトレーニングが行われます。この地域は湿度が低い上に、高度が高いためアスリートはトレーニングによってより多くの赤血球を作り出すことができ、そうすることで今度は高度が低い場所でランニングを行う際のパフォーマンスを向上するのに役立つため、ランニングやトレーニングに理想的な場所です。この一帯は広大で、数多くのゴルフ場も作られていますので、この地域はここ数年ゴルフ愛好者に人気のスポットにもなっています。