

赤石山登山コース[登山道]

赤石山登山（あかいしやまとざん）コースは、高天ヶ原（たかまがはら）バス停または発哺（ほっぽ）ゴンドラリフトバス停を起点とする上級者向け登山道で、どちらのバス停からもスキーリフトに乗って東館山（ひがしだてやま）にあるトレッキングのスタート地点に向かうことができる。

コースは稜線に沿って赤石山（あかいしやま）山頂（2,108m）まで続いた後、大沼池（おおぬまいけ）まで下り、清水口（しみずぐち）バス停でゴールとなる。全長 11.5 キロメートル、標高差 549 メートルで、終点までの所要時間は約 5 時間。

赤石山山頂の絶景ポイントは、長野県（ながのけん）と群馬県（ぐんまけん）の県境にまたがっている。山頂からは、西方向に長野県の人気スキー場を、南東方向に群馬県の有名な温泉地である草津温泉（くさつおんせん）を望むことができる。また、一定の気象条件が揃えば、山頂の下に雲海が発生し、下界が一面柔らかな白い波にすっぽりと覆われることもある。

赤石とは「赤い石（red rock）」という意味で、実際、植物がまばらな山頂付近にある岩の中には赤みがかった黄色の岩がある。これは土壤に黄鉄鉱が含まれているためだ。雨が降り、それが山腹を下って大沼池まで流れていく際、土壤から硫酸銅などの鉱物が吸収される。大沼池の水が濃いコバルトブルー色をしているのは、このためである。