

山脉的形成

南阿尔卑斯与日本列岛在同一时期形成，其成因是地壳变动而非火山活动，这在日本并不多见。

在距今约 200 万年前的一段时期，地质活动曾异常活跃。由于板块运动，在海底沉积了 1500 多万年、高达 2000 米的泥浆和火山灰层被推出海面，形成了如今的南阿尔卑斯山脉。

大约 100 万年前，南阿尔卑斯已高达 1500 米。从约 7 万年前末次冰期开始，较高的山峰受冰川侵蚀变尖，持续隆起；而低矮的山峰及其周边地形却因冰川变得圆润光滑。

在南阿尔卑斯，通过因冰川侵蚀而形成的岩石凹陷，以及在寒冷的冰期发生进化而得以幸存的动植物，至今仍能窥探远古的痕迹。

高空俯瞰

北阿尔卑斯的地形起伏有致，冬季白雪皑皑；而中阿尔卑斯面积稍小，位置相对较南。为数众多的山脉造就了日本 70% 以上的国土皆由森林覆盖。至于南阿尔卑斯的地貌则与坐落北侧的前二者截然不同，从高空俯瞰时尤其明显。

相较北、中阿尔卑斯，南阿尔卑斯的山体更加宽阔、高峰叠嶂绵延。且成因与火山活动无关，而是由于地壳运动，持续促成山体以每年 4 毫米的高度上升，速度之快，举世罕见。

紧邻南阿尔卑斯东侧的是曾引发一连串大地震、名为“糸鱼川静冈构造线”的巨大断层线，断层的东边是南北走向的大裂谷带，其东南侧下沉形成的海面被沉积物填埋，加之剧烈的火山活动影响，形成了如今的陆地。沿着大裂谷带西侧，一众火山经由日本海沿岸蔓延至富士山近郊，沿着伊豆半岛向太平洋延伸而去。

高峰成群

南阿尔卑斯的掌上明珠北岳是日本第二高峰，除此之外，还有 10 数座海拔 3000 米以上的山峰，供您近距离眺望富士山的胜景。

- 间之岳，3190 米
- 恶泽岳，3141 米
- 赤石岳，3121 米
- 荒山中岳，3084 米
- 荒山前岳，3068 米
- 盐见岳，3052 米
- 西农鸟岳，3051 米
- 仙丈岳，3033 米

- 农鸟岳，3026 米

- 圣岳，3013 米