

エリアマップ

●広域地図



●JR利用

出発地	路線	乗り換え	所要時間
東京	東海道新幹線	名古屋	約4時間50分
東京	東海道新幹線	名古屋	約4時間30分
東京	中央本線	塩尻	約3時間40分
東京	東海道新幹線	名古屋	約4時間
大阪	東海道新幹線	名古屋	約4時間
大阪	東海道新幹線	名古屋	約3時間40分
大阪	東海道新幹線	名古屋	約3時間20分

●マイカー利用

出発地	経路	所要時間
東京	中央道・長野道	約4時間
大阪	名神高速	約5時間
大阪	名神高速	約5時間

●交通案内図



主な観光スポット



●チャオ御岳スノーリゾート【高山市高根町】 ●氷点下の森【高山市朝日町】 ●古い町並【高山市上三之町】 ●濁河温泉【下呂市小坂町】

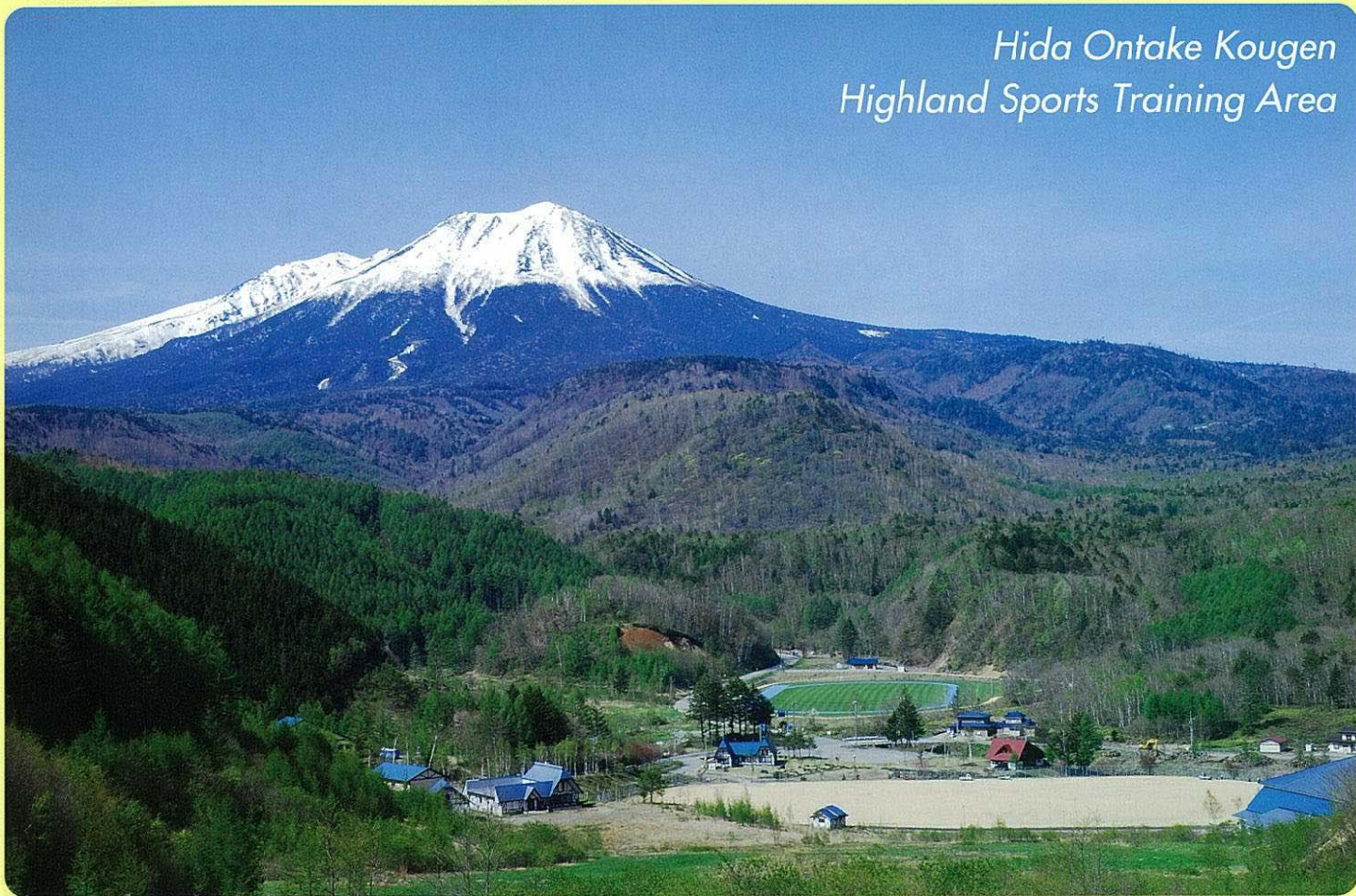
お問い合わせは…

飛騨御嶽高原高地トレーニングエリアインフォメーションセンター
〒509-3403 岐阜県高山市高根町日和田1739-1
TEL(0577)59-3621 URL <http://hida-athlete.jp/> (チャオ御岳スノーリゾート内)



文部科学省指定
ナショナルトレーニングセンター高地トレーニング強化拠点施設

ひだおんたけ
飛騨御嶽高原
高地トレーニングエリア



Hida Ontake Kougen
Highland Sports Training Area

標高1,200~2,200mの大自然の高地トレーニングステージで己に勝つ!



飛騨御嶽高原ナショナル高地トレーニングエリア推進協議会

岐阜県高山市・下呂市

標高1,200~2,200mの 大自然の高地トレーニングステージ!

御嶽(標高3,067m)

標高2,200mライン

チャオ御岳リゾートゾーン
(標高1,800~2,200m)

チャオ御岳スノーリゾート

ウッドチップ
ランニングコース

さわやか林道

ロッジチャオ
(合宿所)

セコンドコース

飛騨御嶽尚子
ボルダーロード
(全長7.6km中3km完成)

標高1,800mライン

■昆明(中国) 標高1,880m

■サンモリッツ(スイス) 標高1,800m

標高1,600mライン

■ボルダー(米国) 標高1,650m

オケジッタロード

標高1,400mライン

標高1,300mライン

オケジッタ日和田高原ゾーン
(標高1,300~1,400m)

開拓周回コース

池ノ原クロスカントリーコース
(かがり火)

池ノ原クロスカントリーコース
(ちんまげ池)

日和田高原ロッジ(合宿所)

スポーツイン・オラ(合宿所)

日和田ハイランド陸上競技場

高根総合グラウンド(オケジッタグラウンド)

飛騨日和田体育館

飛騨高山御嶽
トレーニングセンター

濁河温泉ゾーン
(標高1,700~1,900m)

下呂市濁河温泉高原
スポーツレクリエーションセンター

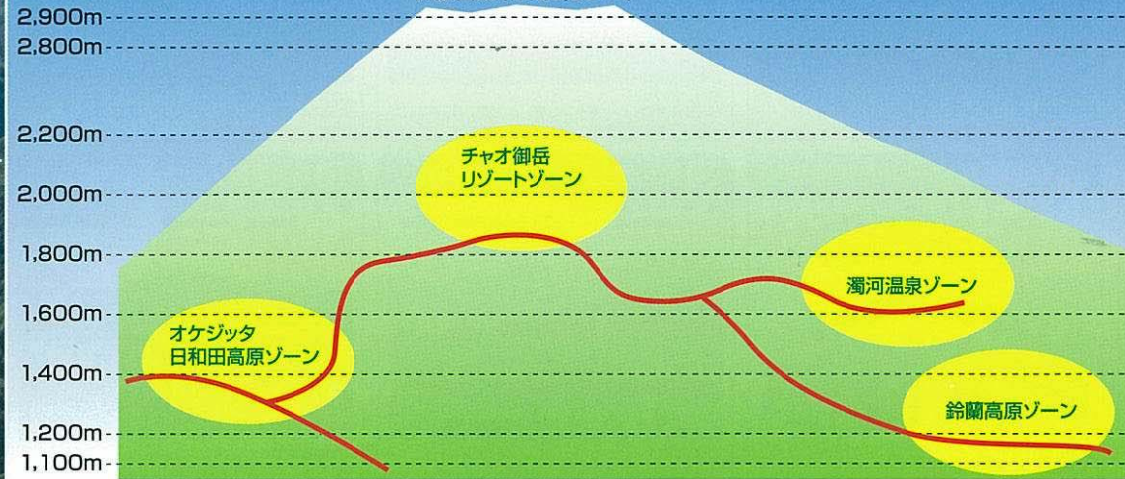
くるみじま
胡桃島キャンプ場(合宿所)

御嶽ハノラマグラウンド

鈴蘭高原ゾーンへー
(標高1,200~1,300m)

標高図(断面)

御嶽山頂(標高3,067m)



飛騨御嶽高原高地トレーニングエリアの概要

標高1,700mと1,300mの高標高に2つの全天候型陸上競技場を完備!

御嶽パノラマグラウンド

標高1,700m・6レーン



施設名	標高
1 高根総合グラウンド	1,300m
2 日和田ハイランド陸上競技場	1,324m
3 飛騨日和田体育館	1,300m
4 飛騨高山御嶽トレーニングセンター	1,250m
5 池ノ原クロスカントリーコース(ちんまヶ池)	1,400m
6 池ノ原クロスカントリーコース(かがり火)	1,400m
7 ウッドチップランニングコース(1周1km・400m)	1,800・2,200m
8 さわか林道(延長2km)	1,800m
9 セCONDコース(1周400m)	1,800m
10 プリモコース(1周730m)	1,800m
11 100m走路(全天候型・3レーン)	1,800m
12 飛騨御嶽尚子ボルダールoad(延長3km)	1,676~1,882m
13 オケジッタロード(延長9km)	1,300~1,800m
14 開拓周回コース(1周8.1km)	1,230~1,376m
15 鈴蘭シャンツェ	1,300m
16 鈴蘭クロスカントリーコース(5km)	1,344m(スタート地点)
17 御嶽パノラマグラウンド	1,700m
18 下呂市湯河温泉高原スポーツレクリエーションセンター	1,700m

日和田ハイランド陸上競技場

標高1,300m・3レーン(直線6レーン)



飛騨御嶽高原高地トレーニングエリアは標高1,200mから2,200mに位置しており、バラエティーに富んだ施設やコースでそれぞれの標高に合わせたトレーニングが可能です。標高1,700mと1,300mの箇所には全天候型の陸上競技場を完備しています。

また、陸上競技だけでなく、バレーボールコートやバスケットボールコートなら2面、バドミントンコートなら6面が確保できる飛騨日和田体育館、サッカーや野球などに利用できる高根総合グラウンドなどを有し、幅広い競技の高地トレーニングに活用できます。

オケジッタ日和田高原ゾーン

標高1,300~1,400m



飛騨高山御嶽トレーニングセンター

医学的トレーニング機器
及び宿泊滞在施設完備

標高1,250m



トレーニングセンター全景



トレーニング室



低炭素室



宿泊室

概要
収容人員: 28名 合宿料金: 1人1泊 素泊まり1,000円~ (食事要相談)
お問い合わせ 飛騨高山御嶽トレーニングセンター TEL 0577-59-2258 (FAX兼用)

チャオ御岳リゾートゾーン

標高1,800~2,200m

御嶽(標高3,067m)

標高2,200m 山頂駅

8 さわやか林道
標高1,800m 片道2km マサ土舗装

7 ウッドチップランニングコース(センターハウス)

9 セCONDコース
標高1,800m 1周400m 幅3m アスファルト舗装

10 プリモコース
標高1,800m 1周730m 幅3m アスファルト舗装

11 100m走路
標高1,800m 全天候型・3レーン

12 飛騨御嶽尚子ボルダーロード (整備中)
標高1,800m~全長7.6km 現在3km完成 アスファルト舗装

13 オケジッタロード
標高1,300~1,800m 延長9km 幅6m アスファルト舗装

16 鈴蘭クロスカントリーコース
標高1,344m(スタート地点) 1周5km

15 鈴蘭シャンツェ
標高1,300m K=70m,50m

8人乗りゴンドラ Flying Chao フライイング・チャオ

ロッジチャオ(合宿所)

山麓駅

千町牧場

濁河温泉ゾーンへ

濁河温泉ゾーン

標高1,700~1,800m

御嶽(標高3,067m)

標高1,700m

12 飛騨御嶽尚子ボルダーロード (整備中)

17 御嶽パノラマグラウンド
標高1,700m 全天候型陸上競技場 6レーン

18 下呂市濁河温泉高原スポーツレクリエーションセンター

下呂市街・鈴蘭高原ゾーンへ

胡桃島キャンプ場

チャオ御岳リゾートゾーンへ

下呂市濁河温泉高原スポーツレクリエーションセンター
御嶽パノラマグラウンド・低酸素室を備えたトレーニングルームの活用により高所トレーニングを効果的にサポート

標高1,700m

トレーニングルーム

交流サロン

概要
 収容人員: 205名
 合宿料金: 1人1泊 3食付 6,500円~(要相談)
 ※グラウンド・トレーニングルームの使用には、別途料金が発生します。
 お問い合わせ
 濁河温泉高原スポーツレクリエーションセンター
 TEL C576-62-3088 (FAX兼用)

宿泊室 洋室B
その他: 洋室2人部屋、和室などがあります

鈴蘭高原ゾーン

標高1,300~1,400m

下呂市・濁河温泉ゾーンへ

鈴蘭高原カントリークラブ

標高1,300m

16 鈴蘭クロスカントリーコース

15 鈴蘭シャンツェ

旅館街 F

高山市街へ

鈴蘭クロスカントリーコース
標高1,344m(スタート地点) 1周5km

鈴蘭シャンツェ
標高1,300m K=70m,50m

宿泊施設のご案内

<p>A チャオ御岳山荘</p> <p>概要 仕様: 鉄骨2階建 収容人員: 48名 合宿料金: 1人1泊3食 6,300円から(要相談)</p> <p>お問い合わせ 飛騨森林都市企画(株) ☎0577-59-3620 http://www.ciao.co.jp</p>	<p>B スポーツイン・オラ</p> <p>概要 仕様: 鉄骨3階建 収容人員: 100名 合宿料金: 1人1泊3食 一般8,000円から 学生5,775円から(要相談)</p> <p>お問い合わせ スポーツイン・オラ ☎0577-59-2477 E-mail: hole@triton.ocn.ne.jp</p>	<p>C 日和田高原ロッジ</p> <p>概要 仕様: ロッジ・コテージ 木造平屋建 収容人員: 100名 合宿料金: 1人1泊3食 6,500円から(要相談)</p> <p>お問い合わせ 日和田高原ロッジ・キャンプ場 ☎0577-59-2510 http://www.okuhi.jp</p>	<p>D ロッジチャオ</p> <p>概要 仕様: 鉄骨2階建 収容人員: 46名 合宿料金: 1人1泊3食 6,300円から(要相談)</p> <p>お問い合わせ 飛騨森林都市企画(株) ☎0577-59-3620 http://www.ciao.co.jp</p>
<p>E 胡桃島(くるみじま)キャンプ場</p> <p>概要 仕様: 木造平屋建 収容人員: 42名(6名×7棟) 合宿料金: 1棟1泊19,800円から(食事は自炊になります)</p> <p>お問い合わせ 道の駅 ひだ朝E村 ☎0577-55-3777 http://www.gik.or.jp/z33asahi</p>	<p>F 鈴蘭高原ゾーンの合宿施設</p> <p>概要 仕様: 民宿・旅館 9軒 合宿料金: 1人6,800円から(要相談) 仕様: ペンション 6軒 合宿料金: 1人8,400円から(要相談)</p> <p>飛騨あさひ旅館組合 標高: 900m~1,200m</p> <p>お問い合わせ 飛騨あさひ旅館組合 ☎0577-56-1209 http://www.hidaasahi.jp/ryokar</p>	<p>G 濁河温泉ゾーン 濁河温泉ロッジ</p> <p>概要 収容人員: 50名 合宿料金: 1人1泊3食 8,000円から(要相談)</p> <p>お問い合わせ 濁河温泉ロッジ ☎0576-62-3521 ☎0576-62-3140</p>	<p>G 濁河温泉ゾーン 湯の谷荘</p> <p>概要 収容人員: 35名 合宿料金: 1人1泊3食 7,500円から(要相談)</p> <p>お問い合わせ 湯の谷荘 ☎0576-62-3037 ☎0576-62-3822</p>