



上越市

十日町市

津南町

栄村

妙高市

飯山市

信濃町

中野市

記号

- 信越トレイル
- - - 信越トレイル未整備
- 車道
- - - 県界
- ..... 市・町・村界



中郷I.C

妙高原I.C

信濃町I.C

中野山I.C

きたあらい

あらい

にほんぎ

信越本線

せきやま

柏ヶ峠

袴岳

万坂峠

斑尾山

1382m

くろひめ

ふるまじ

関田峠

梨平峠

牧峠

宇津ノ俣峠

伏野峠

菱ヶ岳

野々海峠

深坂峠

三方岳

天水山

山伏山

貝立山

黒倉山

筒方峠

久々野峠

小沢峠

仏ヶ峰

黒岩山

平丸峠

北峠

富倉峠

毛無山

風野山

とがりのざわおんせん

しなのたいら

きたしいやま

しいやま

かみくわながわ

かみざかい

みょうこうこうげん

ふるまじ