

目次

はじめに	編者	5
凡例		12
巻頭エッセー「白馬——初めての冬山——」	青木 寿	14
後立山		17
白馬三山（付・天狗尾根東壁）	白馬登高会	19
白馬岳東面／杓子岳東壁／白馬鐘ヶ岳東面		
不帰の岩場	関西クライマーズ・クラブ	33
一峰／二峰東面／三峰／二峰西壁		
五龍岳東面	大町山の会	57
GI／GII／GIV／C沢奥壁／GV／GVI		

鹿島槍ヶ岳(付・八峰東面).....	グループ・ド・モレーヌ	67
北壁／荒沢奥壁／大冷沢周辺		
爺ヶ岳東面.....	大町山の会	91
東尾根／主稜／西俣奥壁		
赤沢岳・スバリ岳西面の岩場.....	松本クライミング・メイト・クラブ／東京岳人倶楽部	98
大スバリ沢奥壁／赤沢岳西尾根周辺／赤沢岳北西壁		
積雪期の後立山黒部川側の尾根.....	昭和山岳会	124
頸城の山々.....		139
明星山の岩場.....	上田クライマーズ・クラブ／蒼山会同人	141
P6南壁／P6フランケ／P5ドーム／墓石稜他／東面の岩場／西面の岩場		
海谷山塊.....	直江津雪稜会／山岳同人東京心岳会	179
海谷の岩場／海谷の沢／冬の尾根ルート		
雨飾山.....	蒼山会同人	248
フトンビシ岩峰群／前沢奥壁／北面の沢		
妙高山・火打山周辺の沢(付・銚ヶ岳・権現岳の沢).....	直江津山岳会	257

真川／片貝川／矢代川／能生川

戸隠連峰 グループ・ド・モレーヌ／山岳同人東京心岳会 275

冬の岩稜ルート／地獄沢奥壁／裾花川源流

収録ルート一覧 i