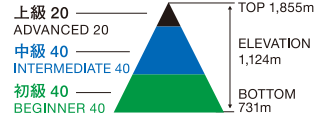


最長滑走距離 約8.5km / 標高差 1,124m
 Longest Trail 8,500m / Elevation 1,124m



三田原山 2,347m
 Mt. Mitahara

妙高山 2,454m
 Mt. Myoko

赤倉山 2,141m
 Mt. Akakura

8.5km Long Trail!

非圧雪ゾーン
 Non-groomed area



レイアウト例
 ※降雪量、天気、整備状況で
 アイテム数が変わります。



三田原第3高速リフト
 Mitahara High-speed Lift No. 3

三田原第2高速リフト
 Mitahara High-speed Lift No. 2

山頂標高 TOP
 1,489m

杉ノ原 Gondola
 Suginozawa Gondola

Garden Park

杉ノ原第2ロマンスリフト
 Suginozawa Pair Lift No. 2

センターエリア
 Center Area

山麓標高 BOTTOM
 812m

レストハウス
 Rest House

杉ノ原第1ロマンスリフト
 Suginozawa Pair Lift No. 1

杉野沢民宿
 Suginozawa Accommodation District

至 池の平・赤倉
 For Ikenotaira / Akakura

杉野沢民宿街よりお越しのお客さまは、杉ノ原第1ロマンスリフト(1回無料)にご乗車のうえ、第1駐車場横リフト券売場にてリフト券のご購入またはお引換えをお願いいたします。
 Guests from Suginozawa Accommodation District can purchase or exchange lift tickets at the Lift Ticket Counter next to the Parking Lot No. 1, after getting off Suginozawa Pair Lift No.1 (free of charge for one ride).

至 黒姫・信濃町I.C.
 For Kurohime / Shinano-machi I.C.

杉野沢温泉センター「苗名の湯」
 Suginozawa Spa, Naenanoyu

至 妙高高原I.C. 5km
 For Myoko Kogen I.C.

レストラン Restaurants

- ラーメンコーナー / レストラン アリエスカ
 らはのぎずくろへぶ / EUROPEAN Café&Bar
 - 山麓レストラン 妙高 / SUGINOHARA BASE
 - レストラン 夢冒険 (個人店舗)
 - 三田原食堂街 (個人店舗)
 レストラン トロイカ / 食堂妙高
 レストラン サンアントン / L&C ゆきつばき
- Ramen Area / Restaurant Alyeska
 Rahanogisu crepe / EUROPEAN Café&Bar
 - Sanroku Restaurant Myoko / SUGINOHARA BASE
 - Restaurant Yumeboken (private shop)
 - Mitahara Restaurant Street (private shops)
 Restaurant Troika / Shokudo Myoko
 Restaurant St. Anton / L&C Yukitsubaki

スキー場内滑走エリア Ski Resort Trail Area
 スキー場管理区域境界線 Demark ski resort boundaries.

緊急連絡先 Emergency Contact Number
 スキー場事務所 Ski Resort Office
 TEL : 0255-86-6211

ヘルメット着用推進運動
 フリンスノーリゾートは、安全のためヘルメット着用を推進しております。
 Advice on Helmets
 We highly recommend wearing a helmet for your safety. Thank you for your cooperation.

● 初級者コース Beginner Trail ■ 中級者コース Intermediate Trail ◆ 上級者コース Advanced Trail 🚡 2人乗りリフト Pair lift 🚡 フード付き4人乗り高速リフト 4-seater high-speed lift with food 🚡 8人乗りゴンドラ 8-seater gondola 🚫 進入禁止エリア Entry prohibited area

👶 ちびっこゲレンデ Kids' area 🎫 リフト券売場 Lift Ticket Counter 📦 レンタル Rentals 🏠 スキー・スノーボードスクール Ski & Snowboard School Information 🍽️ レストラン Restaurants & Snacks 🛍️ 売店 Shop 🧥 更衣室 Changing room 🚻 化粧室 Restroom 🛌 無料休憩所 Rest Area

🔒 コインロッカー Coin locker 📍 ビューポイント View Point 📍 Specialビューポイント (世界文化遺産の富士山が見えます) Special View Point (You can see Mt. Fuji, World Heritage) 🅇 駐車場 (土・休日有料) ※12/30~1/13は休日扱い Parking Lot (fee required on Saturdays / holidays) (Dec. 30~Jan. 3 considered holiday) 🚌 バス停 Bus Stop 📶 Free Wi-Fi Area 🚫 下り乗車禁止 No going down