

	登山登頂	標高
	赤城山	1,828m・
	大菩薩嶺	2,057m・
	富士山	3,776m・
	谷川岳	1,977m・
	草津白根	2,171m・
	苗場山	2,145m・
	妙高山	2,454m・
	白馬岳	2,932m・
北アルプス	槍ヶ岳	3,180m・
	奥穂高岳	3,190m・
中央アルプス	御嶽山	3,067m・
	美ヶ原	2,034m・
	蓼科山	2,530m・
南アルプス	北岳	3,192m・
八が岳	赤石岳	3,121m・
スキー	蔵王山	1,841m・

低山登山	標高
高尾算と丹沢山	1,567m・
雲取山	2017m・