

新潟县滑雪手册

NIIGATA
in
JAPAN

● TOKYO

● KYOTO
● OSAKA
● NAGOYA



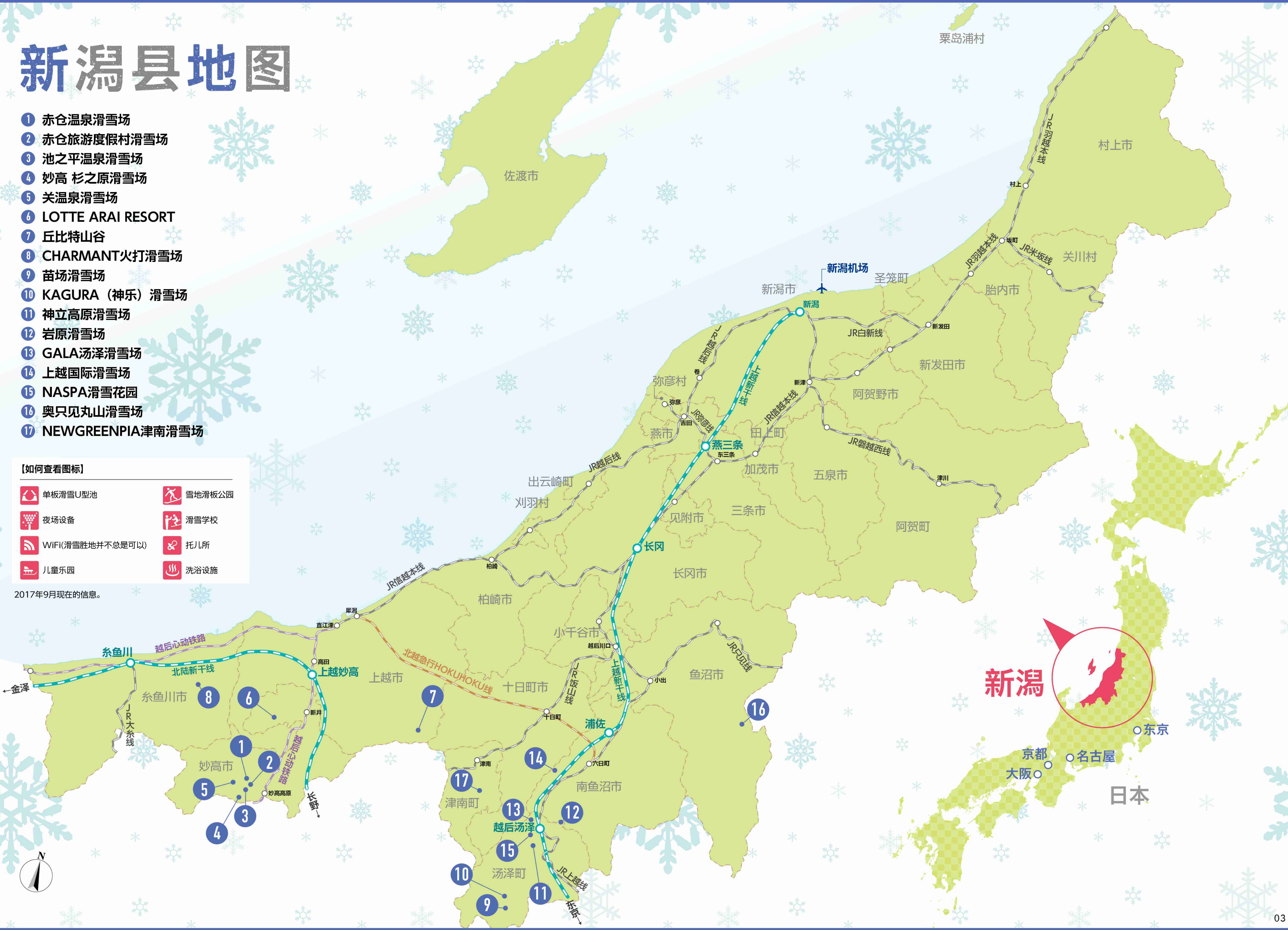
新潟县地图

- 1 赤仓温泉滑雪场
- 2 赤仓旅游度假区滑雪场
- 3 池之平温泉滑雪场
- 4 妙高 杉之原滑雪场
- 5 关温泉滑雪场
- 6 LOTTE ARAI RESORT
- 7 丘比特山谷
- 8 CHARMANT火打滑雪场
- 9 苗场滑雪场
- 10 KAGURA (神乐) 滑雪场
- 11 神立高原滑雪场
- 12 岩原滑雪场
- 13 GALA汤泽滑雪场
- 14 上越国际滑雪场
- 15 NASPA滑雪花园
- 16 奥只見丸山滑雪场
- 17 NEWGREENPIA津南滑雪场

【如何查看图标】

单板滑雪U型池	雪地滑板公园
夜场设备	滑雪学校
WiFi(滑雪胜地并不总是可以)	托儿所
儿童乐园	洗浴设施

2017年9月现在的信息。



01

赤倉温泉滑雪场

住所 妙高市赤倉温泉 电话 0255-87-2125

<http://www.akakura-ski.com>

交通路線

高速公路

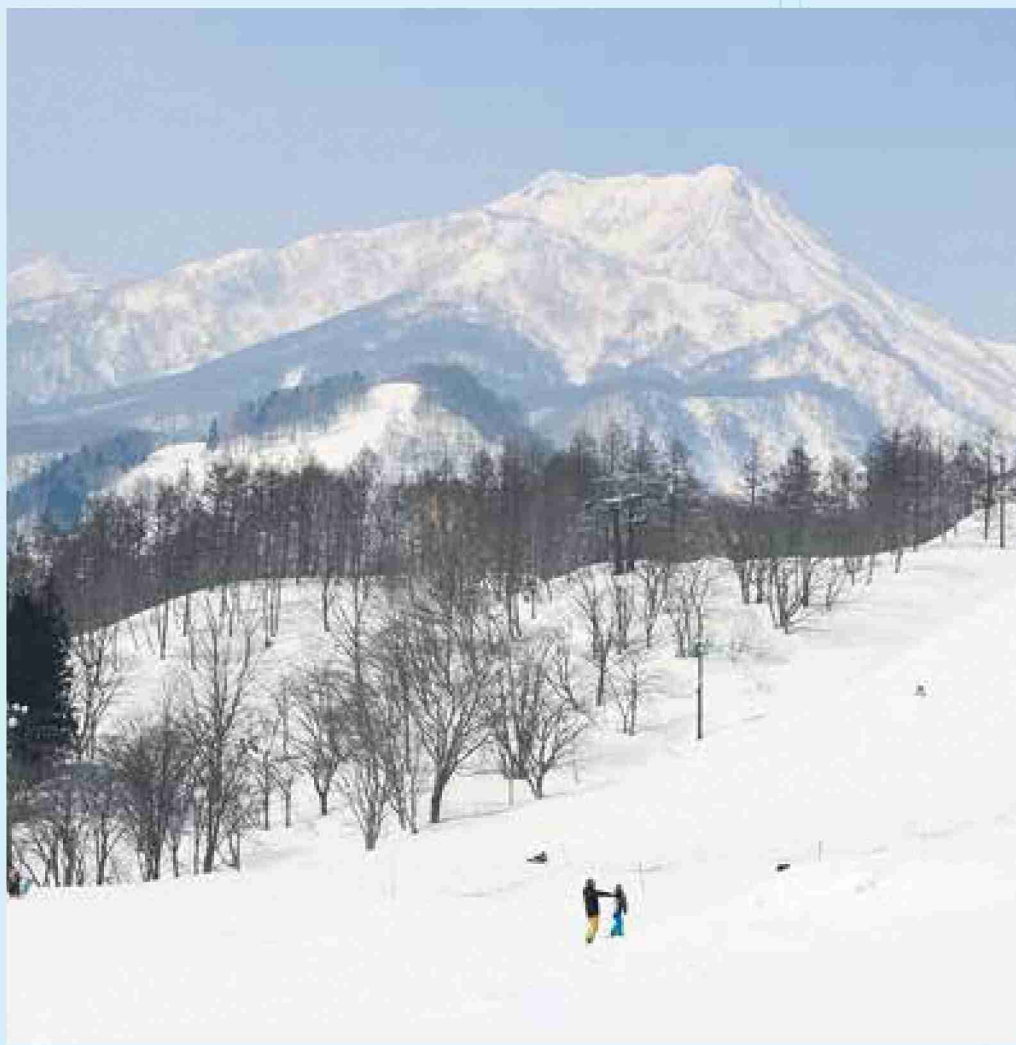
从上信越道・妙高高原IC，驾车约8分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・上越妙高站

乘坐巴士约60分钟

从松散的非压雪滑道到宽阔平缓的斜面滑道，具有多种类的滑道。儿童可以在儿童雪地公园玩滑梯、跷跷板、雪橇等。滑雪场有很多饭店，不用担心人多拥挤。从初学者到专业级，从大人到小孩都可以在此感受滑雪的快乐。



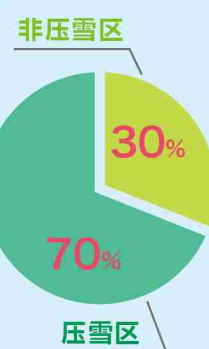
滑道难度



雪道規模

最大斜度 43度
最长滑行距离 2.8km
滑道数 17
吊椅数 14
缆车索道 0

滑雪场设施



双板滑雪者



单板滑雪者

02

赤倉旅游度假村滑雪场

住所 妙高市田切216 电话 0255-87-2503

<http://www.akr-ski.com>

交通路線

高速公路

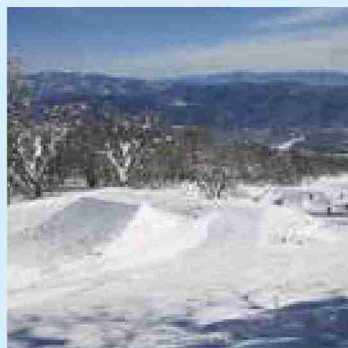
从上信越道・妙高高原IC 驾车约8分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・上越妙高站

乘坐专线巴士约60分钟

1937年12月12日，第一个被指定为日本国际级滑雪场。
从酒店第5个吊椅着陆场开始滑，可以感受4500米长距离滑行带来的愉悦。滑道内设置了多处技巧滑雪公园。
另外还设有不能去滑雪场的儿童专用区域。



滑道难度



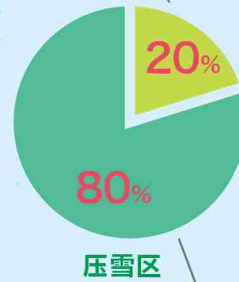
雪道規模

最大斜度	最长滑行距离
32度	4.5km
滑道数	吊椅数
10	6
缆车索道	
1	

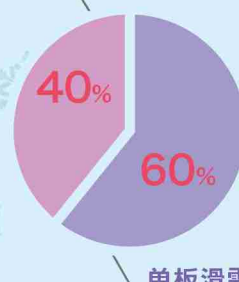
滑雪场设施



非压雪区



双板滑雪者



03

池之平温泉滑雪场

住所 妙高市池之平温泉2457-1 电话 0255-86-2370

<http://www.ikenotaira.info>

交通路線

高速公路

上信越道・从妙高高原IC 驾车约5分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・上越妙高站
乘坐巴士 50分钟

在滑雪场里有超宽的滑道、高山障碍滑雪等多种多样的10条滑道。设有2条林中滑道，深受众多滑雪爱好者欢迎。儿童公园最适合孩子们冬季运动。附近还有可以就餐的温泉设施，滑雪后可以充分的放松休息。



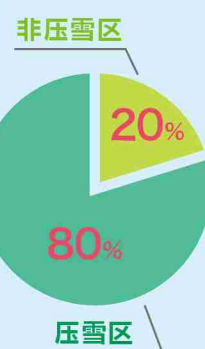
滑道难度



雪道規模

最大斜度	最长滑行距离
28度	4km
滑道数	吊椅数
10	6
缆车索道	
0	

滑雪场设施



双板滑雪者



04

妙高 杉之原滑雪场

住所 妙高市杉野泽 电话 0255-86-6211

<http://www.princehotels.co.jp/ski/myoko/>

交通路線

高速公路

上信越道・从妙高原IC 驾车约10分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・上越妙高站
乘坐巴士约70分钟

最长滑行距离8500米宽阔的滑雪场。大约80%滑道是初级、中级滑道，从小孩到大人可以充分享受冬季运动的乐趣。可以在非压雪区松软的粉雪上滑雪。



滑道难度



雪道規模

最大斜度 38度 最长滑行距离 8.5km

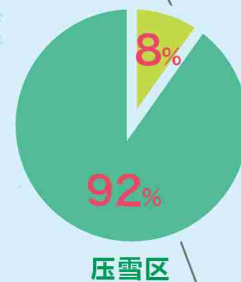
滑道数 17 吊椅数 4

缆车索道 1

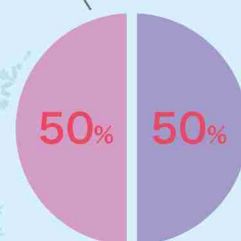
滑雪场设施



非压雪区



双板滑雪者



单板滑雪者

05

关温泉滑雪场

住所 妙高市关温泉 电话 0255-82-2316

<http://www.sekionsen.com>

交通路線

高速公路

上信越道・从妙高原IC 驾车约30分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・上越妙高站

TOKIMEKI铁道・在关山站 乘坐巴士约 15分钟

位于日本少有的豪雪地带，滑雪场内粉雪率很高。有名的一夜达到一米的深雪是其他滑雪场无法匹敌的，直到黄金周的漫长季节都有丰富的积雪。春天的Terrain park有着国内最早的历史，受着众多滑雪者的支持。



滑道难度



雪道規模

最大斜度 最长滑行距离

45度 2km

滑道数 吊椅数

4 2

缆车索道

0

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



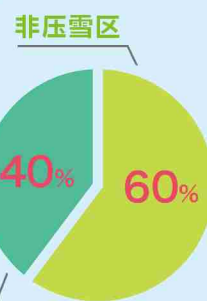
技术学校



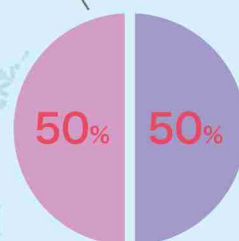
托儿所



洗浴设施



双板滑雪者



单板滑雪者

<http://lottearairesort.com>



交通路線

高速公路

从北陆道・柿崎IC 驾车约40分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・上越妙高站

hokuhoku线「虫川大杉」站出发，乘专线大巴约15分钟。

从北坡可以眺望日本海。在4公里的长滑道中，面向初级和中级滑雪者的设计使得与孩子一起滑雪也足以使您安心愉快。有雪地公园、松散的雪区域、儿童游乐园等多样的设施，每周还举办充满乐趣的活动。在租赁商店可以选择自己喜欢的品牌。



滑道难度



雪道規模

最大斜度	最长滑行距离
32度	4km
滑道数	吊椅数
9	3
缆车索道	
1	

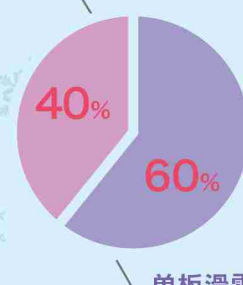
滑雪场设施



非压雪区



双板滑雪者



08

CHARMANT火打滑雪场

住所 糸鱼川市西飞山1821 电话 025-568-2244

<http://charmant-hiuchi.jp>

交通路線

高速公路

北陆道・从能生IC 驾车约30分钟

附近的新干线车站

北陆新干线・糸鱼川站
乘坐巴士约60分钟

滑雪场内五分之三是非压雪区。位于积雪达5米并不稀奇的豪雪地带。可以在丰富的积雪区宽阔的非压雪区域滑雪。如果遇到条件较好的日子，能够享受粉雪滑雪带来的悬浮感。滑雪季也较长，一直营业到五月初。



雪道規模

最大斜度

37度

最长滑行距离

2.7km

滑道数

16

吊椅数

3

缆车索道

0

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所

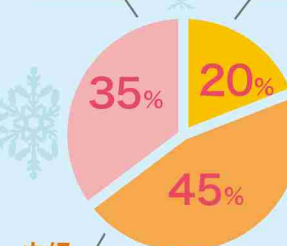


洗浴设施

滑道难度

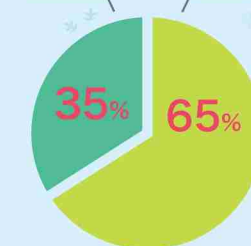
高级

初级

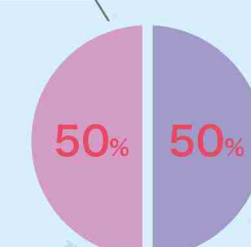


压雪区

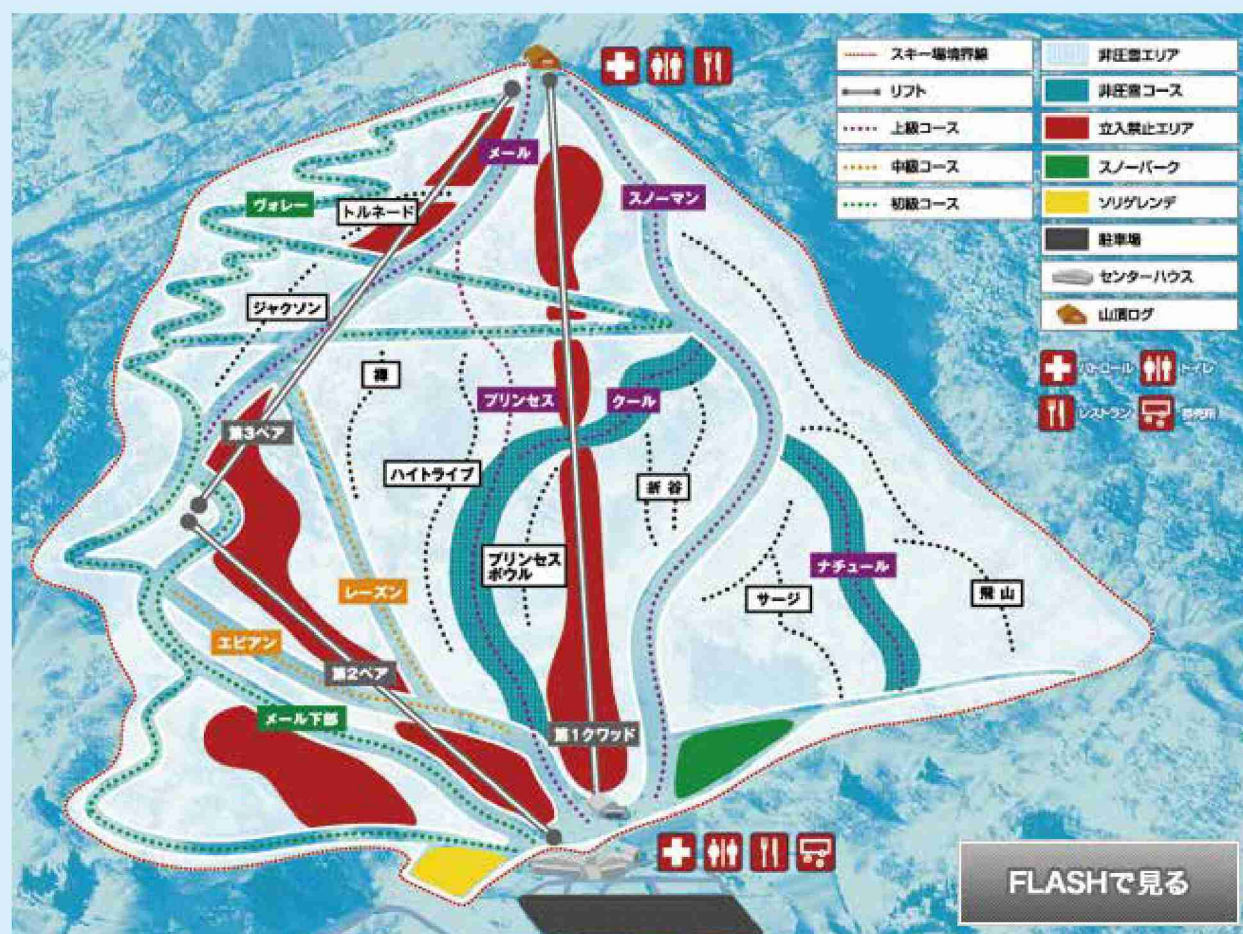
非压雪区



双板滑雪者



单板滑雪者



09

苗场滑雪场

住所 南魚沼郡湯沢町三国202 电话 025-789-4117

<http://www.princehotels.co.jp/ski/naeba>

交通路線

高速公路

从关越道・汤泽IC 驾车约35分钟

附近的新干线车站

上越新干线・越后汤泽站

巴士约40分钟

多次举办世界杯，潜力无限，在受欢迎程度和实力方面都是世界级别。附近的苗场王子大饭店集餐饮・购物・温泉设施于一体。滑雪场会举办各种丰富多彩的活动，无论何时到来都会让您充分体验，笑逐颜开。



雪道規模

最大斜度

32度

最长滑行距离

4km

滑道数

24

吊椅数

10

缆车索道

3

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所



洗浴设施

滑道难度

高级

初级



非压雪区

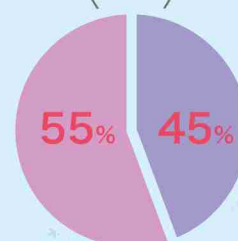
20%

压雪区

80%

双板滑雪者

单板滑雪者



10

KAGURA (神乐) 滑雪场

住所 南鱼沼郡汤泽町三俣742 电话 025-788-9221

<http://www.princehotels.co.jp/ski/kagura/>

交通路線

高速公路

关越道・从汤泽IC 驾车约10分钟

附近的新干线车站

上越新干线・越后汤泽站

乘坐巴士约20分钟

神乐地区的主要滑雪场，位于高度1700m区域，雪质优良，也有非压雪区域。特别是乘坐“Kagura第5浪漫缆车”可以看到林间自然滑道。拥有23条滑道，和附近的苗场滑雪场之间有缆车相连接。滑雪场规模较大，足以匹敌海外滑雪胜地。



雪道規模

最大斜度

32度

最长滑行距离

6km

滑道数

23

吊椅数

17

缆车索道

3

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所

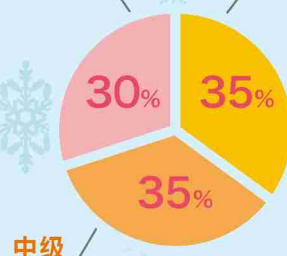


洗浴设施

滑道难度

高级

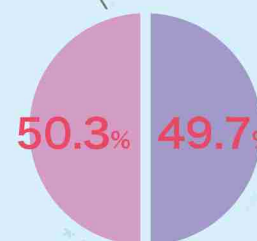
初级



非压雪区



双板滑雪者



单板滑雪者



11

神立高原滑雪场

住所 南鱼沼郡汤泽町神立4121-1

电话 025-788-0111

<http://www.kandatsu.com>

交通路線

高速公路

从关越道・汤泽IC 驾车约3分

附近的新干线车站

上越新干线・越后汤泽站

专线巴士约 10分钟

无论是驾车来，还是乘坐新干线从首都圈过来，交通十分便捷。汤泽地区首屈一指的雪质和雪量。遇强风也能保持稳定的雪场条件成为一大魅力。设有雪地滑板公园、高山滑雪、硬雪丘滑道等，在紧凑型的滑雪场中体验乐趣。在周末举行[通宵滑雪]活动，营业到凌晨四点。



雪道規模

最大斜度

45度

最长滑行距离

3.5km

滑道数

14

吊椅数

6

缆车索道

0

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所



洗浴设施

滑道难度

高级

初级



非压雪区

20%

80%

压雪区

单板滑雪者

40%

60%

单板滑雪者



12

岩原滑雪场

住所 南鱼沼郡汤泽町土樽731-79

电话 025-787-3211

<http://www.iwa-ppara.com>

交通路線

高速公路

关越道・从汤泽IC 驾车约5分钟

附近的新干线车站

上越新干线・越后汤泽站
乘坐班车 约10分钟

从岩原有名的宽广的“一枚滑雪区”欣赏自然景观，无论是新手还是高手都为此着迷。面向初级和中级滑雪者的滑道很多，有长达4公里（从长距离巡游滑道到山脚滑道）的长滑道和根据自己需要选择的滑雪项目。



雪道規模

最大斜度

35度

最长滑行距离

4km

滑道数

20

吊椅数

9

缆车索道

0

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所



洗浴设施

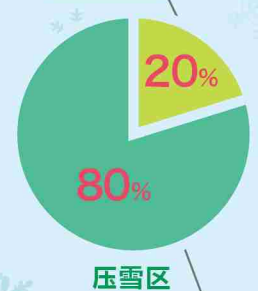
滑道难度

高级

初级

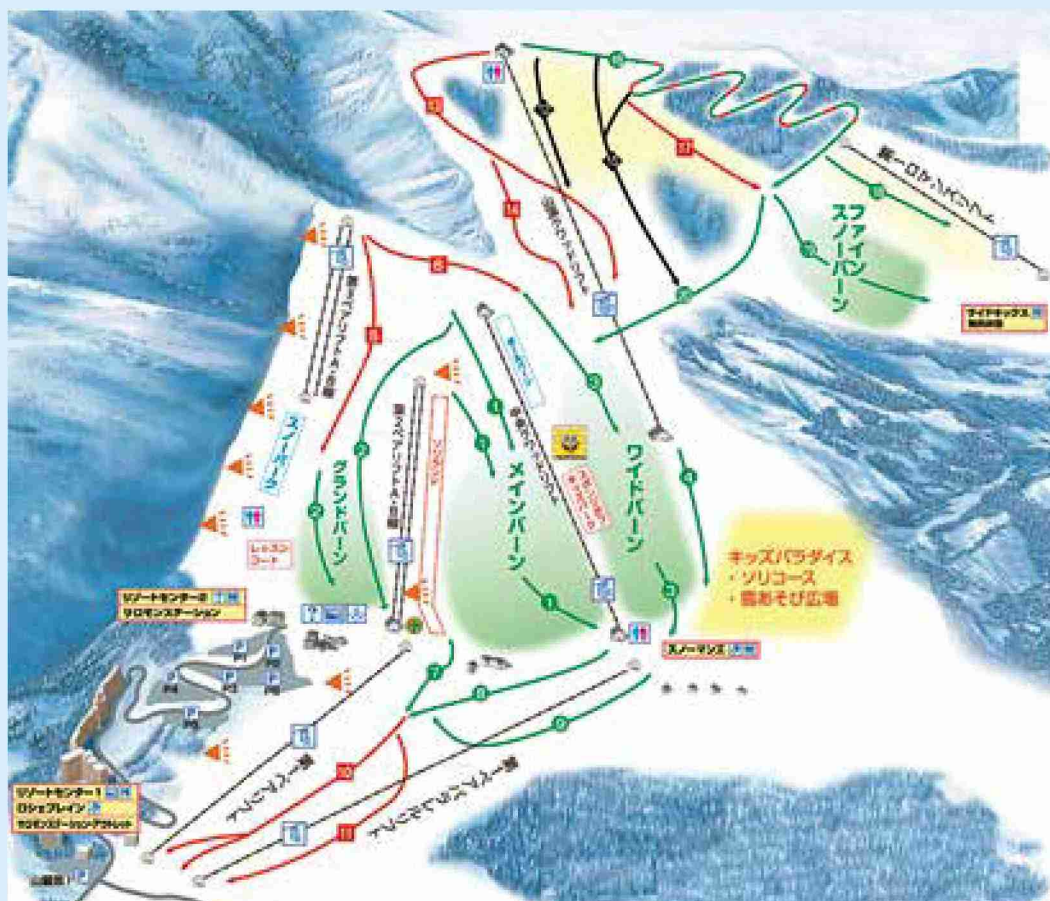
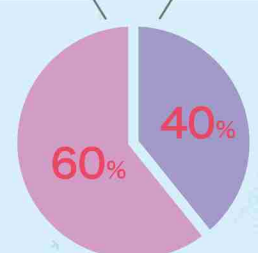


非压雪区



双板滑雪者

单板滑雪者



岩原

- 上級者コース
- 中級者コース
- 初級者コース
- 未圧雪ゲレンデ
- ベアリフト
- クワッドリフト
- スキーボードスクール受付
- リフト乗降場
- レストラン
- リゾートストア
- インフォメーション
- トイレ
- 駐車場
- バトロール
- ナイター
- メインバーン
- グランディバーン
- ワイドバーン
- スマイルコース
- ウエストコース
- チャレンジコース
- パノラマコース
- ビギナーコース
- テラスコース
- フロントコース
- レーサーズコース
- ジャイアントコース
- スカイコース
- ダイナミックコース
- テクニカルコース
- クルーズコース
- ナチュラコース
- ロマンスコース
- ファインズノーバーン
- アーチコース

13

GALA汤泽滑雪场

住所 南鱼沼郡汤泽町大字汤泽字茅平1039-2 电话 025-785-6543

<https://gala.co.jp>

交通路線

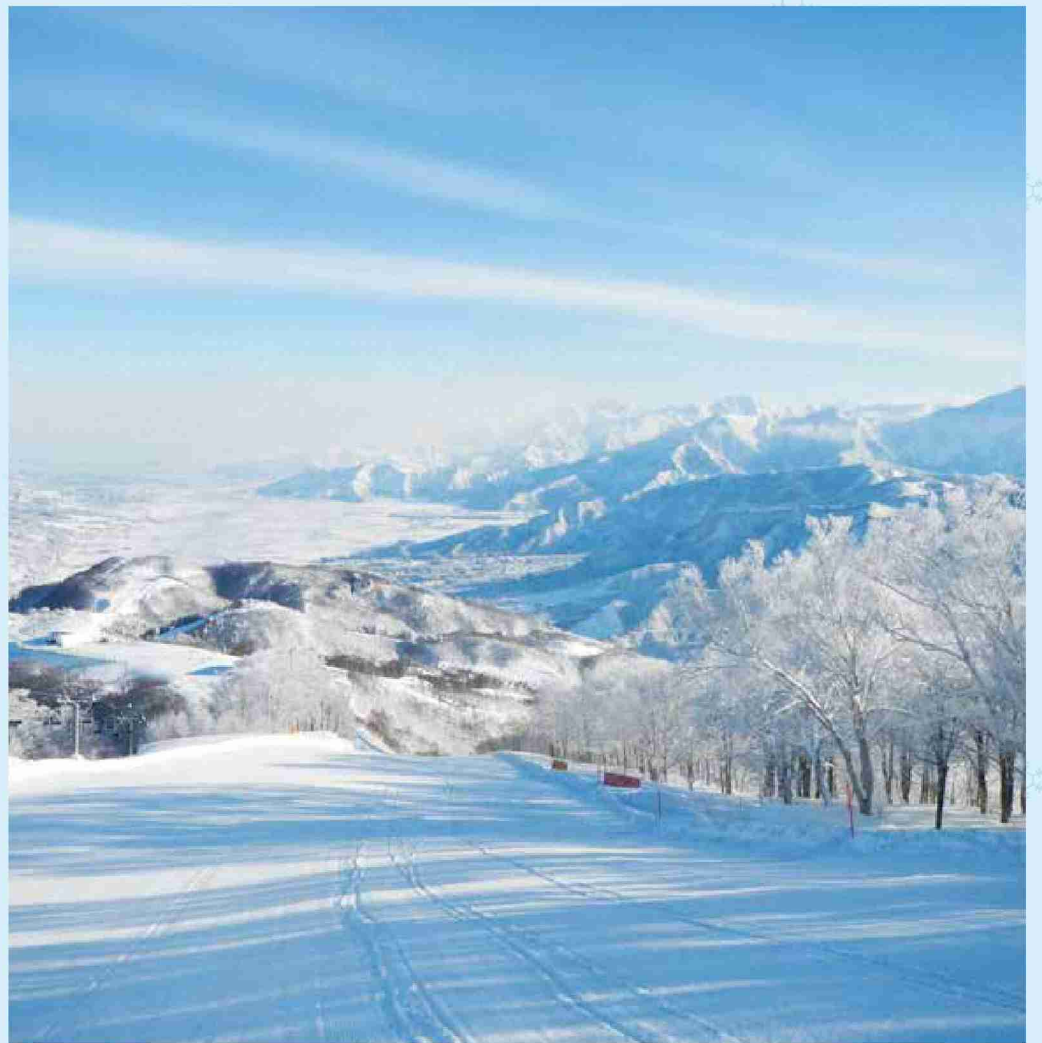
高速公路

从关越道・汤泽IC 驾车约5分

附近的新干线车站

上越新干线・GALA汤泽站
徒歩0分

毗邻新干线车站，从汤泽高速出入口驾车约5分钟，非常便利。租赁业务便捷，轻轻松松就可以到滑雪场滑雪广受好评。滑雪场有面向初学者的滑道和面向滑雪专业人士的非压雪滑道共16条。滑雪之后在「SPAGALA之汤」温泉休息放松。直到五月初的营业。



雪道規模

最大斜度

33度

最长滑行距离

2.5km

滑道数

16

吊椅数

9

缆车索道

2

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所

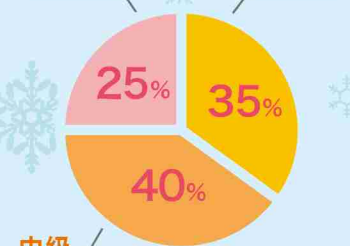


洗浴设施

滑道难度

高级

初级



非压雪区

25%

75%

压雪区

双板滑雪者

49%

51%

单板滑雪者



14

上越国际滑雪场

住所 南鱼沼市桦野泽112-1 电话 025-782-1028

<http://www.jkokusai.co.jp/>

交通路線

高速公路

关越道・从盐泽石打IC 驾车约7分钟

附近的新干线车站

上越新干线・越后汤泽站

乘坐上越线、从“上越国际滑雪场前”站 步行0分钟

由四个区域构成的日本屈指可数的大型滑雪场，滑道种类丰富，富于变化。无论是新手还是高级水平滑雪者都可以尽情体验滑雪的乐趣。“HOTEL GREEN PLAZA 上越”酒店的玄关前就可以滑行，住宿加滑雪的方式很有人气。设置了U形池、雪地公园等，设施完备。



雪道規模

最大斜度

38度

最长滑行距离

6km

滑道数

25

吊椅数

22

缆车索道

0

滑雪场设施



U型池



夜场



WiFi



儿童乐园



雪地滑板公园



技术学校



托儿所



洗浴设施

滑道难度

高级

初级



非压雪区

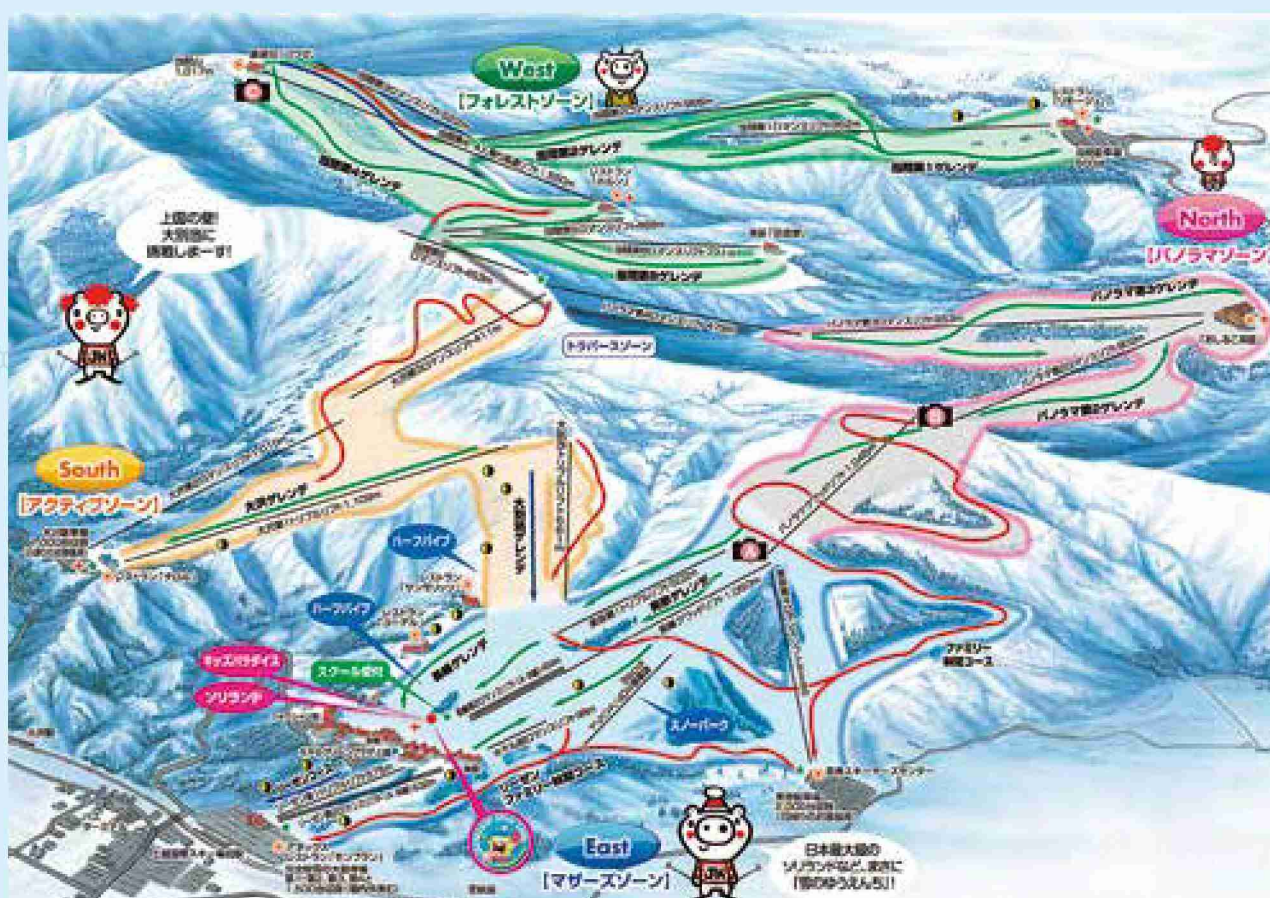
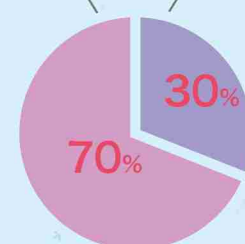
10%

90%

压雪区

双板滑雪者

单板滑雪者



充分享受滑雪运动后的乐趣吧！

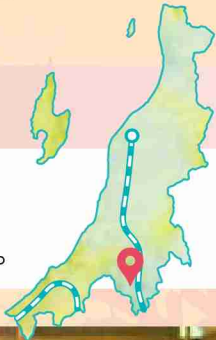
新潟的温泉

在滑雪场附近有很多泉质优良的温泉。
在滑雪运动充分活动了身体过后，悠闲地泡个温泉，把运动后的疲劳全忘掉吧。

汤泽、南鱼沼地区的温泉

周边的滑雪场 苗场滑雪场、GALA汤泽滑雪场、上越国际滑雪场等

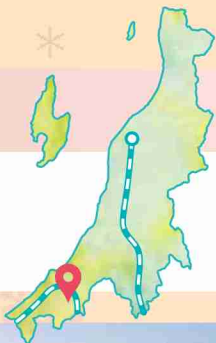
新干线 越后汤泽站附近的汤泽温泉，是诺贝尔文学奖获得者、川端康成先生的名作《雪国》的故事背景舞台，因此而闻名。



妙高高原地区的温泉

周边的滑雪场 赤仓温泉滑雪场、妙高杉原滑雪场、关温泉滑雪场

在妙高山的山麓，分布着赤仓温泉、杉野泽温泉、池平温泉、关温泉、燕温泉等泉质优良的温泉区。



充分享受滑雪运动后的乐趣吧！

新潟的冬季美味

大米、日本酒、海鲜……。向大家介绍美食种类齐全的新潟的代表性美味。



红雪蟹

捕捞自日本海的螃蟹。
特征就是味甘而浓厚。

甜虾

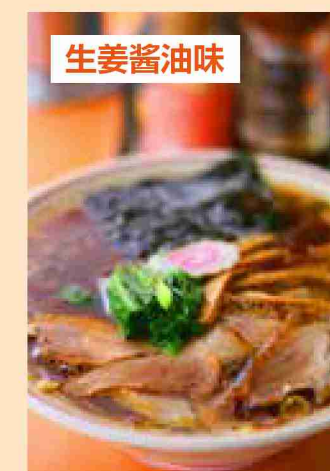
肉质Q弹，甜味浓郁。
做成寿司也非常美味。



浓厚味噌味



背脂酱油味



生姜酱油味



清爽酱油味



咖喱味拉面

新潟拉面

新潟的不同地区也有着各种各样的拉面。
其中，清爽酱油味、背脂酱油味、生姜酱油味、浓厚味噌味和咖喱味拉面被称为“新潟五大拉面”。



木板荞麦面

木板荞麦面在装盘的时候的特征就是将荞麦面分成一口大小，平铺在被称为“hegi”的木板上。
荞麦面中揉入了海藻粉末，口感非常顺滑，又很有嚼劲。



新潟和牛

牛肉的纹路非常优质，
脂肪的分布也非常均匀。
不管用怎样的方式食用都非常美味。



安康鱼

肉自不用说，皮和内脏也全部能够食用。
冬天非常合适做成火锅品尝。



越后公主

新潟的名牌草莓品种。
甘甜多汁！还能体验亲自采摘的乐趣。



越后美酒博物馆 本酒馆 (PONSHUKAN)

新潟是日本酒酿酒厂最多的县，有90处。能够试饮全部种类美酒的地方就是本酒馆。花500日元，就能品尝5个品牌的美酒。在越后汤泽站、新潟站和长冈站内都有本酒馆。

簡體字版