



- 避難小屋
- ピクニック場
- トイレ
- 駐車場
- キャンプ場
- 山小屋

記号

- ウォーキング・トラック**
歩きやすく整備されています。体力レベルを問わずほとんどの年代の方々に楽しんでいただけます。軽い運動靴で十分です。
- トランピング・トラック**
技術と経験が必要な場合があります。平均的な体力をお持ちの方々に向いています。登山靴が適しています。
- ルート**
高度な技術と経験、さらにはルートを見極める能力が必要です。しっかりとした装備のハイカー向けです。

「往復 (Return)」はトラックの出発地点から終点まで行って戻って来るまでにかかる時間、または環状のトラックを一周するのにかかる時間です。

はじめに

このパンフレットは、当国立公園でウォーキングを楽しむお客様のために作成されています。すべてのトラックは道がわかりやすく整備が行き届いています。トラックにお出かけの際は、このパンフレットに記載されている説明や時間を参考にしてください。歩く速度は人によって異なるため、時間については目安とお考えください。以下に紹介するコース以外は、登山経験のある方のための登山コースがほとんどです。また、山小屋に泊まるコースもありますが、その場合はビジター・センターで届出が必要になります。

持ち物

ほとんどのコースにおいてランニング・シューズなどの軽い運動靴で十分です。比較的長いコースでは頑丈な登山靴が通っています。山の天気は変わりやすく、天気のよい日でも風が冷たいことがあるため、暖かいセーターやジャケットをお持ちください。アオラキ/マウント・クック地域では紫外線が大変強いので、晴れの日には防止効果が15以上の日焼け止めと帽子が不可欠です。食べ物や飲み物、それからカメラも忘れなく。

注意事項

当公園は山岳地域のため、季節を問わず大雪になるおそれがあります。天候状況については、ビジター・センターにお問い合わせください。

村からのウォーキング・トラック

ガバナーズ・ブッシュ・ウォーク

時間：往復1時間
【緩やかな上りあり】 公共避難所 (Public Shelter) からスタートし、公園内でも数少ない銀ブナ (Silver Beech/tawhai) の森を散策する楽しいブッシュ・ウォークです。緩やかな上りが続いた後に見晴らし台に到達し、その後下って村に戻るコースです。鳥に出会えたり山を一望することができ、天気の悪い日でも楽しめる人気の高いコースです。

ポーウェン・ブッシュ・ウォーク

時間：往復10分
【平坦】 道路をはさんでアルパイン・ガイド (Alpine Guides) の向かい側からスタートし、森を抜ける簡単なコースです。コースは環状になっており、トアラ (tōtara) とセロリ・パイン (Celery Pine) の森を散策できます。一周せずにグレンコー・ロッジ (Glencoe Lodge) 方向へ抜けることもできます。

グレンコー・ウォーク

時間：往復30分
【緩やかな上りあり】 ハーミテージ・ホテルの裏手からスタートするコースです。シダが生い茂るトアラ・ツリーの森をジグザグに登っていき、ホテル上にある給水タンク近くの見晴らし台に到達します。そこからは村の全景のみならずアオラキマウント・クックとフッカー氷河の白い氷を一望できます。日の出と日没は、日に照らされた山々をご覧いただけます。

レッド・ターンズ・トラック

時間：往復2時間
【急坂】 公共避難所 (Public Shelter) からスタートし、ブラック・バーチ川 (Black Birch Stream) 方向へ歩きます。橋を渡ったらレッド・ターンズまで急勾配の道を登っていきます。見晴らし台からは谷とアオラキマウント・クックの広大なパノラマを見おろすことができます。「ターン」とは山中にある池の意味で、そこに生い茂る赤い水草がこのコースの名前の由来となっています。

セアリー・ターンズ・トラック

時間：往復3~4時間
【急坂】 ケア・ポイントへ向かう道からスタートし、標識のある場所まで道が分かります。その後急坂を登っていくと池にたどり着きます。体力を要するコースですが、フッカー谷の壮大な景観とアオラキマウント・クックを含む一帯の峰々を一望できます。夏には高山植物が咲き誇り、池からの眺めは疲れを吹き飛ばしてくれます。



ニック・ダロース撮影

ケア・ポイント・ウォーク

時間：村から往復2時間 / ホワイト・ホース・ヒル (White Horse Hill) キャンプ場から 往復1時間
【緩やかな上りあり】 ハーミテージ・ホテル前の芝生からスタートし、道路を渡る看板が見えます (またはキャンプ場の公共避難小屋から出発します)。道は緩やかに曲がり、亜高山草原や低木を周りを見ながら進むとミューラー氷河のモレーンの壁にたどり着きます。1913年に氷河から流れ出た水が洪水となって当時のハーミテージ・ホテルがあった場所まで達し、ホテルは倒壊してしまいましたが、このコースではそのとき形成された景観を見ながら進んでいきます。コース終点の展望デッキからはマウント・セフトン、フットスツール、フッカー谷、ミューラー氷河湖、さらにアオラキマウント・クックの素晴らしい眺めを満喫できます。

フッカー・ヴァレー・トラック

ホワイト・ホース・ヒル (White Horse Hill) キャンプ場からの時間：
第1の吊り橋：往復30分
第2の吊り橋：往復1時間
フッカー湖：往復3時間
【おおむね平坦】 ハーミテージ・ホテル前またはホワイト・ホース・ヒルキャンプ場からスタートします。ホテル前から出発する場合はさらに往復1時間長くかかります。公園内でもっとも人気の高いコースの一つで、アオラキマウント・クックに向かってフッカー谷沿いを進みます。途中アルパイン・メモリアル (Alpine Memorial) の近くを通りますが、ここからの眺めも見逃せません。フッカー川方面に進み、2つの吊り橋を越えるとストックキング・ストリーム避難小屋 (Stocking Stream Shelter) に到着します。その後、川に沿って上流に進むとフッカー氷河末端の湖にたどり着きます。

テ・ワヒボナム - 南西ニュージーランド 世界遺産地域



ニュージーランド南西部は、南半球でも有数の自然保護区です。マオリ語ではテ・ワヒボナム (蕨の地) と呼ばれるこの南西ニュージーランド世界遺産地域には、アオラキマウント・クック、ウェストランド・タイ、ボウティニ、フィヨルドランド、およびマウント・アスパイアリングの4つの国立公園が含まれ、その面積は260万ヘクタールにも及びます。世界遺産とは世界的に高い価値を有する自然および文化遺産を認定する世界規模の概念で、すべての人がこれらの特別な場所に対する保護意識を高めることを目的としています。この世界遺産地域では、古代ゴンドワナ亜大陸がかつて棲息していた動植物の貴重な生き残りが見られます。