2014年[平成26年]2月3日（月）金剛堂山山行データ
所在地(富山市・南砺市)標高(1637m)天候（曇り）同登者（元ちゃん･山ノ神）

登り				下り			
地点	時間	距離km	標高m	地点	時間	距離km	標高m
スノーバレースキー場	9:30:00	0 km	748 m	金剛堂山山頂	14:27:00	4.5 km	1637 m
区間データ	0時35分	0.6 km	232 m	区間データ	0時37分	2 km	-291 m
登山口から	0時35分			山頂から	0時37分		
標高1000m(栃谷口から合流地点)	10:05:00	0.6 km	980 m	一服金剛(1346標高点)	15:04:00	6.5 km	1346 m
休憩	0時07分	0 km	20 m	休憩	0時12分	0 km	0 m
登山口から	0時42分			山頂から	0時49分		
標高1000m	10:12:00	0.6 km	1000 m	一服金剛(1346標高点)	15:16:00	6.5 km	1346 m
区間データ	0時22分	0.7 km	105 m	区間データ	0時33分	1.6 km	-346 m
登山口から	1時04分			山頂から	1時22分		
栃谷登山口→1.5km	10:34:00	1.3 km	1105 m	栃谷登山口分岐	15:49:00	8.1 km	1000 m
区間データ	0時19分	0.4 km	107 m	区間データ	0時23分	0.8 km	-252 m
登山口から	1時23分			山頂から	1時45分		
栃谷登山口→2km	10:53:00	1.7 km	1212 m	スノーバレースキー場	16:12:00	8.9 km	748 m
区間データ	0時05分	0.2 km	38 m				
登山口から	1時28分						
ブナ原生林	10:58:00	1.9 km	1250 m				
休憩	0時05分	0 km	0 m				
登山口から	1時33分						
ブナ原生林	11:03:00	1.9 km	1250 m				
区間データ	0時15分	0.4 km	90 m				
登山口から	1時48分						
片折岳(一服金剛)	11:18:00	2.3 km	1340 m				
休憩	0時04分	0 km	0 m				
登山口から	1時52分						
片折岳(一服金剛)	11:22:00	2.3 km	1340 m				
区間データ	0時22分	0.7 km	50 m				
登山口から	2時14分						
栃谷登山口→3.5km	11:44:00	3 km	1390 m				
区間データ	0時08分	0.3 km	61 m				
登山口から	2時22分						
思案山(1451m標高点)	11:52:00	3.3 km	1451 m				
区間データ	0時13分	0.3 km	37 m				
登山口から	2時35分						
栃谷登山口→4km	12:05:00	3.6 km	1488 m				
区間データ	0時35分	0.7 km	149 m				
登山口から	3時10分						
金剛堂山山頂	12:40:00	4.3 km	1637 m				
昼食	1時47分	0 km	0 m				
登山口から	4時57分		1637				
金剛堂山山頂	14:27:00	4.3 km	1637 m				
登り合計	3:10:00			下り合計	1:45:00		
登り休憩時間合計	0時16分			下り休憩時間合計	0時12分		