

一般向け登山講座【受講生募集！】

「基礎から学ぶ安心登山2018」 3月25日(日)開講です！

安全な登山、まずは基礎から

「今まで一人で登っていたけれど、もっと基礎から学びたい」「一緒に登れる仲間を作りたい」——この講座は、そんな人たちと一緒に学び合い、一緒に山に登り、登山の基礎知識・技術を学んでいただける機会です。

楽しく山に登りたい。しかし、安全に登山し事故を起こしてはなりません。

事故を防ぐには、登山者一人ひとりが基礎的な知識や技術を身に付け、山に見合った体力を準備して楽しく山に向かいましょう。

登山の計画を自分で立て、仲間を増やし、楽しく安全に山に登れるようにいっしょに学びましょう。多くの方々の受講をお待ちしています。

【日程と内容】(講座はいずれも 13:00~16:40 県連事務所で)

| No. | 日程 | テーマ | 内容 |
|----------|--------|---------------------------------------|--|
| 3月25日(日) | 講座① | 山に登る前に① —山に入る姿勢、装備と食糧 | 登山の楽しみ方。登山に必要な装備や食糧について学びます。 |
| | 講座② | 山に登る前に②— 登山の計画と安全の大切さ。 | 登山の計画、安全の確保、山の仲間の大切さを学びます。 |
| 3月31日(土) | 実技① | まず、山に登ってみよう！ これが”登山“！ [宮路山~五井山] | 近郊の低山に登って、疲れのない歩き方と、パーティでの行動を学びます。 |
| 4月15日(日) | 講座③ | 地図の読み方・使い方 | 地図と磁石は山登りの基本です。地形図の読み方と使い方を学びます。 |
| | 講座④ | 登山の楽しさ | 登山の楽しみ方、山の自然などを学びます。 |
| 4月22日(日) | 実技② | 地図読み山行 [桃太郎神社~鳩吹山] | 近郊の山に登って、地図読みを実際に体験します。 |
| 5月13日(日) | 講座⑤ | リスク回避、計画の立て方、 | 登山の危険と安全対策・ロープワークについて学習します。 |
| | 講座⑥ | 山の天気 | 山の天気の読み方、予測の仕方などを学習します。 |
| 5月20日(日) | 実技③ | 危険箇所の通過、 [御在所岳・国見尾根] | ロープワークと安全確保、危険箇所の通過方法を学びます。 |
| 6月3日(日) | お`ヨソ山行 | 仲間と一緒に山に登る。 [御在所岳・藤原岳] | 各山岳会の仲間とクリーンハイクを体験しよう。 |
| 6月10日(日) | 講座⑦ | —長く登山を続けるために 県連加盟山岳会の紹介、 | 長く山を続けるための考え方、トレーニングの方法。 地元の山岳会を知りましょう。 |

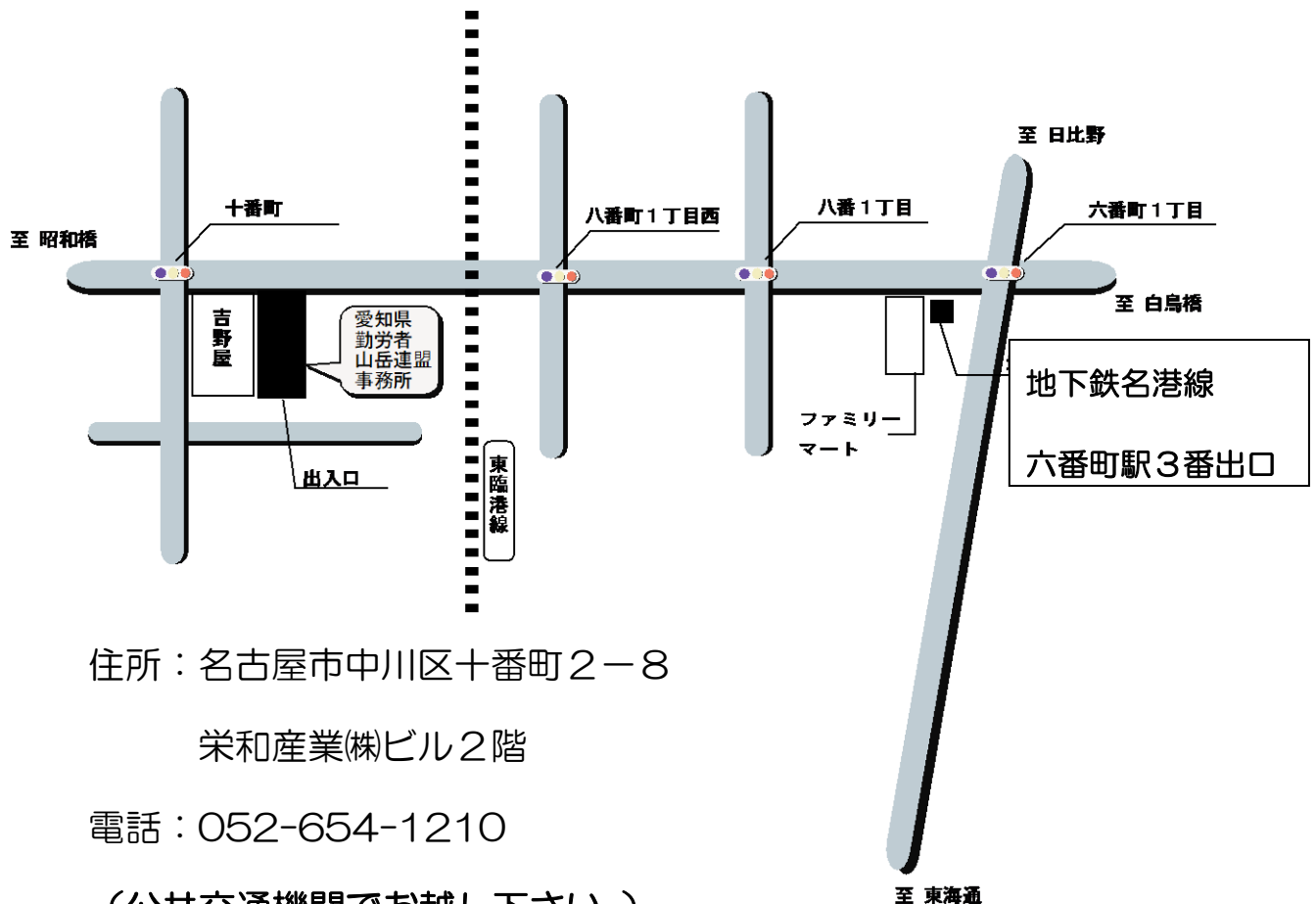
受講料 : 10,000円 (3月25日にお持ちください。)

定 員：30名

健康な人なら誰でも参加できます。性別、登山経験は問いません。

これから登山を始めたい人は大歓迎です。

理論講座の会場：愛知県勤労者山岳連盟事務所(地下鉄出口より徒歩約5分)



住所：名古屋市中川区十番町2-8

栄和産業(株)ビル2階

電話：052-654-1210

(公共交通機関でお越し下さい。)

受講申し込み：トップページから受講申込書をダウンロードして

県連のメールアドレス aichirousan@gmail.com もしくは、

Fax:052-654-1210 に送付ください。

申込み締切り： 2018年3月17日(土)

問合せ先：090-8956-5317(吉川)

に問い合わせ下さい。

