2023年度

初級 登山教室

楽しい登山のはずが、ヒヤッとしたり道に迷いそうになったりしたことはありませんか？教室では正しい登山知識を机上講習で学び、実地山行で実技講習を行います。
これから山登りを始めたい人、ある程度経験している人にも基礎から安全な登山を学べるチャンスです。3回の実技山行を行い、最後は岩手山（2,038m）の登頂を目指します。

日　程

開　催　日	項　目	講　習　内　容
6月5日(月)	机上講習（第1回）	①登山の魅力・計画・歩き方(30分) ②服装・装備・食料・飲み物(45分)
6月11日(日)	【鞍掛山】897m	・パーティー行動の基本 ・服装・装備・パッキング
7月5日(水)	机上講習（第2回）	③地図の見方・使い方(75分)
7月9日(日)	【秋田駒ケ岳】1,637m	・コンパス・GPSの使い方 ・ルートファインディング
9月6日(水)	机上講習（第3回）	④山の天気・気象情報の活用(45分) ⑤トレーニングの方法（30分）
9月10日（日）	【岩手山】2,038m	修了山行

(注) 机上講習時間 18:45～20:15　（机上講習後の次回の山行打合せを含む）

会　場　机上講習：アイーナ　5階　501研修室
住所：岩手県盛岡市盛岡駅西通１丁目7-1　☎ 019-606-1717

対　象　１８歳から６５歳までの方

定　員　２０名（先着順で受付します）

受講料　机上講習１講座1,000円、実技山行１回500円（保険含む）

申込先
- 盛岡山友会ＨＰより申込可。右のＱＲコードからの申込も可
- メール　takahumi2338@yahoo.co.jp
- ショートメール 080-8725-8046
- ＦＡＸ　019-661-2338

下記の内容を記入のうえ送信、送付ください。
①名前（ふりがな）②性別 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号　⑥e-mail ｱﾄﾞﾚｽ

- 申込受付期間　5月8日（月）～　5月28日（日）

（申込内容等の問合せ先）090-4318-5128（中村）

主　催　盛岡山友会（岩手県勤労者山岳連盟所属 創立36年）

後　援　盛　岡　市