

第44回



主催：大阪土佐堀山岳会

山登り教室



Created by West original

正しい知識と技術を身につければ、
山登りは誰もが楽しめる安全なスポーツです。
大阪土佐堀山岳会では山歩きを基礎から学べる教室を開催します。
夏の北アルプスを目標に、経験豊かなスタッフが丁寧に指導します。
3ヶ月の講習を通じて、
きっとすばらしい仲間と思い出ができることでしょう。
入会を希望される方は、引き続き山岳会への入会を受け付けます。
入会后、冬山登山へ向けての新人講習を実施します。

■期 間 2020年

6月27日(土) ~ 9月26日(土)

■講習場所 / 肥後橋 INA ビル

■時 間 / 土曜日 13:00~17:00

7名程度のグループに分かれ、各班に指導者がつきます。

●参加費

2万3000円 (消費税込・会場費・テキスト代含む)

* テント泊講習の為50~60L程度のザックと寝袋が必要になります。(事前に購入する必要はありません)

* 実技講習時の交通費、修了登山参加費用は別途必要です。

●対象・定員

20~60歳未満の心身共に健康な人 (先着20名)

机上講習スケジュール

6月27日(土)	開講式 オリエンテーション ① 個人装備・共同装備・歩き方
7月11日(土)	④ 山のスポーツ生理学 岩登りについて(ロープについて)
7月18日(土)	⑤ 夏山の天気 ⑥ 危急時対策
8月29日(土)	② 山の行動計画 ③ 山の地形図と地図の読み方
9月 5日(土)	⑦ テント生活・食料計画 ⑧ 登山計画書作成
9月26日(土)	修了式

実技講習スケジュール

7月 5日(日)	歩行トレーニング(六甲山) ●パッキング ●歩き方
7月12日(日)	岩登りの基礎(蓬莱峡) 予備19日(日) ●ロープワークと岩場の通過
8月 2日(日)	東六甲縦走 (芦屋川~一軒茶屋~宝塚)
8月30日(日)	オリエンテーリング(私市) ●地図・コンパスの使い方
9月12日(土) ~13日(日)	テント泊登山(金剛・比良) ●レスキュー ●テント生活

■注意:机上・実技とも予定で、変更になる場合があります。

●お申し込み
お問い合わせ

土佐堀山岳



修了登山 (テント泊)

北アルプス 槍ヶ岳

今年の修了山行は、実施が難しい状況なので別の案を検討する予定です。

* 修了登山参加費用は別途必要です。

* 参加者少数の場合、催行されない場合があります。



当会ホームページをご覧ください。

<https://www.osakatosaborialpine.club/>

▼注意事項 他の山岳会に所属している方の申し込みはご遠慮ください。実技講習については団体保険に加入していますが、参加中のケガや事故については、原則各人の責任となります。