

G8「岩稜歩行とセルフレスキュー」要項

- 1 ねらい 一般縦走路の岩場を安全に登下降する技術と、事故やアクシデントが起こった時の具体的な対処の仕方を学ぶ

- 2 期 日 6月24日(土)・25日(日)

- 3 講習場所 山岳総合センター、近郊の岩場
人工岩場(大田市運動公園内)

- 4 受講対象 夏山登山経験者 15名

- 5 講 師 日体協山岳スポーツ指導者

- 6 日 程

【6月24日(土)】

- ・受付 10:00~10:10

(山岳総合センター)

- ・開講式 10:10~10:20

講義Ⅰ「岩稜歩行技術」「セルフレスキュー技術」→(昼食)→〈人工岩場に移動〉→実技Ⅰ「岩稜歩行技術や難所の通過技術」→〈センターに移動〉→(入浴)→(夕食) センター泊

【6月25日(日)】

(朝食)→実技Ⅱ「セルフレスキュー技術(捻挫の簡易処置・ストックを利用した松葉杖・背負い搬送・ツェルトの利用の仕方等)→〈岩場に移動〉→実技Ⅲ「岩稜歩行技術実践」→(行動食)→〈センターに移動〉

- ・閉講式 15:00~15:10(解散15:15)

- 7 参加料 22,000円

(1日目昼食、夕食 2日目朝食、センター宿泊代、現地交通費、保険代含む)

*2日目(6/25(日))の行動食(昼食分含む)は各自用意



8 服装・持ち物

夏山小屋泊登山服装および装備一式（雨具は必携）

二日目行動食1日分（行動食というのは昼食分を含みます）・筆記具

*お持ちでしたら、ツェルト・ツェルト用張り網類・ストック

ヘルメット・ハーネスをお持ち下さい。

上記のツェルト・ストック・ヘルメット・ハーネスの装備はセンターで用意しますので、お持ちでない方は購入の必要はありません。

*虫よけスプレー（必要な方）

*自然の岩場での実技があります。岩場での実技に適した服装(長袖、長ズボン)でお願いします。

サポートタイツ等は破れやすいのでご注意ください

9 申し込み及び締めきり

要項末尾の申込書に必要事項を記入して、ホームページから申し込む
FAXでの申し込みも可能

申し込み締め切りは、**6月15日（木）** 先着順にて受付

*締め切り日前でも、定員に達した場合は、申し込みをお断りする場合があります。

10 その他

(1)受講料は、当日受付にてお支払い下さい。

(2)受講を取り消される場合はすみやかに連絡して下さい。尚、当日キャンセルの場合は参加費の50パーセント、3日前から前日のキャンセルの場合は30パーセントのキャンセル料が発生します。

(3)天候の状況などにより日程の一部を変更する場合があります。

(4)入浴は、外部の温泉施設（天然温泉、送迎バス有り）を利用します。入浴を希望される方は、別に450円必要です。

(5)車でお越しの方は、大町市霊園駐車場に手前よりつめて停めてください。
（センターおよび隣の山岳博物館駐車場に停めないようにお願いします）

11 問い合わせ先

★長野県山岳総合センター

〒398-0002 長野県大町市大町8056-1

【電話】(0261)22-2773 【FAX】(0261)22-5444

【HP】 <http://www.sangakusogocenter.com/>

【E-mail】 info@sangakusogocenter.com

G8「岩稜歩行とセルフレスキュー」受講申込書

フリガナ			性別	男 ・ 女	生年月日	年	月	日 才
氏名								
住所	〒							
電話番号				携帯番号				
・緊急時連絡先								
TEL	氏名			続柄				
アレルギーの有無								
蜂アレルギー : 無 ・ 有 (アナフィラキシー)								
・連絡事項（心配なこと、不明なこと等がありましたらお書きください）								

ご記入いただいた個人情報は、プライバシー保護のため当講習以外の目的での使用は致しません