

長野県山岳総合センター
2022(令和4)年度 講習日程
詳細や申込方法はHPへ！(赤枠内をクリック)

安全登山講習
(主に大人向けの登山やクライミングなどの技術系講習)

すごいぞ！信州の山
(信州の山のすばらしさを知る・感じる自然観察講座。基本的に大人も子どもも参加可)

わくわくチャレンジ教室
(小・中学生対象)
※親子スポクラは保護者参加可

学校・登山引率者関係等
高校生
高校山岳部顧問
学校登山引率者

わいわいボルダリング教室
※小学生対象
毎月第2、4水曜日
18時～

アクティブな大人の心と身体を整え方【各回10-12時】
第3水曜

Mountain Salon
※クライミングや登山技術のビギナー向けプライベート講習
★詳細はHPへ！★

土日祝日

休館日

2022年4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		2023年1月		2月		3月	
1	金			1	日			1	金			1	土			1	木			1	水		
2	土			2	月			2	土			2	日			2	金			2	木		
3	日			3	火			3	日			3	月			3	土			3	金		
4	月			4	水			4	月			4	火			4	日			4	土		
5	火			5	木			5	火			5	水			5	月			5	日		
6	水			6	金			6	水			6	木			6	火			6	月		
7	木			7	土			7	木			7	金			7	水			7	火		
8	金			8	日			8	金			8	土			8	木			8	水		
9	土			9	月			9	土			9	日			9	金			9	木		
10	日			10	火			10	日			10	月			10	土			10	金		
11	月			11	水			11	月			11	火			11	日			11	土		
12	火			12	木			12	火			12	水			12	月			12	日		
13	水			13	金			13	水			13	木			13	火			13	月		
14	木			14	土			14	木			14	金			14	水			14	火		
15	金			15	日			15	金			15	土			15	木			15	水		
16	土			16	月			16	土			16	日			16	金			16	木		
17	日			17	火			17	日			17	月			17	土			17	金		
18	月			18	水			18	月			18	火			18	日			18	土		
19	火			19	木			19	火			19	水			19	月			19	日		
20	水			20	金			20	水			20	木			20	火			20	月		
21	木			21	土			21	木			21	金			21	水			21	火		
22	金			22	日			22	金			22	土			22	木			22	水		
23	土			23	月			23	土			23	日			23	金			23	木		
24	日			24	火			24	日			24	月			24	土			24	金		
25	月			25	水			25	月			25	火			25	日			25	土		
26	火			26	木			26	火			26	水			26	月			26	日		
27	水			27	金			27	水			27	木			27	火			27	月		
28	木			28	土			28	木			28	金			28	水			28	火		
29	金			29	日			29	金			29	土			29	木			29	水		
30	土			30	月			30	土			30	日			30	金			30	木		
-	-			31	火			31	日			31	月			31	土			31	火		