

## 「岩登り入門コース」募集要項

長野県山岳総合センターでは、「岩登り入門コース」受講者の募集をします

### 1 コースのねらい

岩登りに必要な、道具の使い方・ロープの結び方・クライミングシステム・懸垂下降技術など、基礎的な岩登りの知識や技術を、コースの3回の人工岩場と自然の岩場での講習を通して、ステップアップしながら学ぶ

#### 【昨年度のコースの様子】



（用具の使い方やロープの結び方を学ぶ）



（人工岩場でシステムを学ぶ）



（懸垂下降技術を学ぶ）



（自然の岩場でクライミングシステムを学ぶ）



（自然の岩場で懸垂下降技術を学ぶ）

### 2 目標到達レベル

岩登りの基本的なシステムを理解する

### 3 コース概要

#### (1) コース対象者

- これから岩登りを始めようとする方または岩登り初心者で、将来、無雪期のロープを必要とする岩登りルート（例として「前穂高岳北尾根ルート」等）を登りたいと思う方
- 60才以下の健康な方で、全3講習、計6日間受講可能な方

#### (2) 募集人数 18名

### (3) 講習の概要

講習番号 講習名	日 程	1日目 集合時間	講 習 内 容	参加費用 (税込)※
E 1 開講式・ 初めての岩登り	6月30日(土) ～ 7月1日(日)	センター 10:00	基礎的な岩登りの知識や技術を学ぶ ・岩登りの装備 ・岩登りのシステム ・懸垂下降	24,000円
E 2 岩登りの実践 I	7月28日(土) ～29日(日)	センター 10:00	岩登りの知識や技術を確実なものにし、岩登りの実践を積む ・人工岩場での岩登り ・自然の岩場での岩登り	27,000円
E 3 岩登りの実践 II	8月11日(土) ～12日(日)	センター 7:00	岩登りの知識や技術をより確実なものにし、さらに岩登りの実践を積む ・自然の岩場での岩登り ・岩登りの危険を知る	27,000円

※ 参加費用には、センターでの食事代、宿泊代・現地交通費・保険料を含みます。

### (4) 応募方法及び受講生の決定について

- ・ホームページより申し込み（FAXでの申し込みも可）
- ・申し込み多数の場合は抽選を行い、締切日以降に受講生を決定  
締め切り後概ね1週間以内に、抽選結果を郵送にて連絡

### (5) 募集期間

申し込み締切日は、6月8日（金）

### (6) 講師

日本体育協会公認指導者（山岳） 他

### (7) その他

- ・ハーネス、カラビナ、確保器、下降器、クイックドロ、ヘルメット、ソウンスリング（60cmと120cm）等の装備が必要  
装備の詳細については、受講決定者に事前連絡有り  
尚、1回目の講習時は、センターの装備の貸し出しも可能
- ・8月11日(土)～12日(日)の講習時のみ、10日(金)センターでの前泊対応あり

## 4 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アドレス：<http://www.sangakusogocenter.com/>

・e-mail：[info@sangakusogocenter.com](mailto:info@sangakusogocenter.com)

## 「岩登り入門コース」 受講申込書

フリガナ		性別	男・女	生年月日
氏名				年 月 日
住所	〒			
電話番号		携帯番号		
志望動機				
連絡事項				

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