



G5 「【実践】雪上技術講習 in針ノ木雪渓（テント泊）」要項

- 1 **ねらい** これから本格的に雪山に登ろうとする方が、テント泊雪山登山の知識や技術（雪上歩行、アイゼン・ピッケルの使い方、滑落停止技術、雪崩対策、危急時対策等）を、針ノ木雪渓で実践的に学ぶ
※難易度はG3→G4・G6→G5と高くなります

2 **期 日** 5月19日（土）～20日（日）

3 **講習場所** 大沢小屋周辺および針ノ木雪渓

4 **受講対象** テント泊登山経験者で雪山登山経験のある方 15名
5 **講 師** 日本体育協会公認山岳指導者

6 **日 程**

【1日目】

・受付 10:00～10:10

（立山黒部アルペンルート扇沢駅切符売り場 横）

・開講式 10:10～

・講習 10:30～ 「入山前の準備」「雪上歩行」→（徒歩で大沢小屋へ）
→「テント設営」→「雪上歩行技術（アイゼン・ピッケルの利用、滑落停止技術）」「雪崩対策」→「雪山でのテント生活」

*テントは個人テントまたはセンター共同テント

*夕食は各自

【2日目】

*朝食は各自

テント場→（天候等の条件がよければ）針ノ木峠へ「危急時対策」

→テント場→テント撤収→下山開始→扇沢駅へ

・閉講式 15:50～（解散16:00）

7 **参加費** 19,000円（保険代含む） *2日間の食料は各自用意

8 **服装・持ち物** ☞【別紙】参照のこと

9 **申込み**

ホームページの申し込みフォームから申し込む。【締め切りは、5月8日（火）】

*先着順にて受け付けます。

*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。

*FAX、郵送での申し込みも可。

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)集合場所の扇沢駅に車でお越しの方は、必ず駐車場に駐車下さい。（市営の無料駐車場が一杯の場合は、有料駐車場になります。）駐車台数に限りがありますのでご注意下さい。

講座についてのお問い合わせや申込みは *当日の急な連絡もこちらまで

★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

【ホームページ】 <http://www.sangakusogocenter.com/>

【E-mail】 info@sangakusogocenter.com



【別紙】 8 服装・持ち物

①服装・靴・装備

品目	数	備考	品目	数	備考
防寒用帽子	1	ニット帽、 バラクラバ(目出帽)等	ザック	1	50ℓ程度以上
			アイゼン	1s	
アウタージャケット	1s	雪山用(防風雨・雪) ※しっかりした雨具でも可	ピッケル	1	
アウターズボン			*ビーコン	1	
防寒着(フリース等)	1	化繊、ウール ダウン等	*プローブ	1	
雪山用の中間着	1s	長袖・長ズボン 綿不可	*ショベル	1	
雪山用の下着	1s	綿製品は不可	*ヘルメット	1	
雪山用の靴下	1s	綿製品は不可	時計	1	
雪山用登山靴	1	防寒防水、アイゼンの 装着が可能なもの	サングラス	1	必携
雪山用グローブ			(テント一式) 及び宿泊用具		
ロングスパッツ	1s	材質によりオーバ-手袋 も必要	火器類及び炊 事用具		ストーブ、ガスボン ベ、コッヘル 食器類
			(ストック)	1s	お持ちの方は持参

*雪崩ビーコン、プローブ、ショベル、ヘルメットは、お持ちでない方については貸し出しが可能です。ただし数に限りがあります。

*個人テントを利用しない方は、センターのテントを共同で利用します。その場合は、センターの火器類も利用できます。

*テント場の大沢小屋周辺では、沢の水を利用することができます。

*ご不明な点がございましたら、センターまでお問い合わせ下さい。

②その他の携行品

品目	数	備考	品目	数	備考
地図(ルートが載った地図) ※右記が望ましい	1	国土地理院発行 1:25,000 「黒部湖」	2日間の食料 (行動食含む)	適	行動食は火器を使う必要のないもの
コンパス	1	プレート付タイプ	水筒	適	テント場に水あり
ヘッドランプ	1	電池は新品 予備電池も要	非常食	適	ブドウ糖、チョコレート、 コンデンスミルク等
筆記用具	1		非常用品	適	マッチ、ガムテープ、 細引き等
日焼け止め	1	必携	救急用品	適	持病薬、三角巾等
健康保険証	適	写しでよい	携帯トイレ*必携	適	2日分(大使用)

*ご不明な点がございましたら、センターまでお問い合わせ下さい。

G5 「【実践】雪上技術講習
in 針ノ木雪渓（テント泊）」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			
・緊急時連絡先						
TEL	氏名			続柄		
・借用希望装備（該当に☑印）						
<input type="checkbox"/> 借用を希望しない <input type="checkbox"/> 借用を希望する【※希望される場合は下記にもチェックください】 ★借用希望装備 <input type="checkbox"/> テント（共同利用） <input type="checkbox"/> 火器類（共同利用） <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 雪崩ビーコン <input type="checkbox"/> プローブ <input type="checkbox"/> ショベル						
・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