

G7「岩稜歩行技術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、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29日（土）・30日（日）

3 講習場所 長野市内の岩場
（希望者は山岳総合センターに宿泊可能）

4 受講対象 夏山登山経験者 15名

5 講 師 公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者（山岳）

6 日 程

【6月29日（土）】

- ・受付 8：30～ 9：00（長野県庁 本館棟入口付近）
- ・移動 9：00～ 9：40（タクシー及び徒歩）
- ・開講式 10：00～10：10

講義「岩稜歩行技術」「セルフレスキュー技術」→（昼食）→

実技「岩稜歩行技術や難所の通過技術①」（現地16：00解散）

【6月30日（日）】

（現地9：00集合）実技「捻挫の簡易処置・ストックを利用した松葉杖・背負い搬送・ツェルト利用の仕方等」→（昼食）→

実技「岩稜歩行技術や難所の通過技術②」

- ・閉講式 15：00～15：10（解散15：15）

7 参加料 16,000円（保険代含む） *食事、宿泊は各自対応

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）

二日間の行動食（行動食というのは昼食分を含みます）・筆記具

*ツェルト・ツェルト用張り綱類・ストック・ヘルメット・ハーネスをお持ち下さい。ツェルト・ヘルメット・ハーネスは貸出可能です。

借用希望の方は、申し込み時に連絡ください。

*必要な方は虫よけスプレーを持参ください。

*自然の岩場での実技に適した服装（長袖、長ズボン）をお願いします。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17日(月)** 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)駐車場所につきましては各自で対応してください。相談に応じます。

(5)山岳総合センターでの宿泊を希望する場合はその旨連絡をしてください。
(講習場所からは車で片道1時間30分程度 別途1,500円要)

(6)長野県県庁までのアクセスは、長野県公式ホームページ内

<https://www.pref.nagano.lg.jp/zaikatsu/kensei/gaiyo/kotsu/access.html>

を参照ください。

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

2019（令和元）年度 長野県山岳総合センター 安全登山講座

G7「岩稜歩行技術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
氏名								才
住所	〒							
電話番号			携帯番号					
・緊急時連絡先 TEL 氏名 続柄								
・センター宿泊希望の有無 <input type="checkbox"/> 宿泊を希望しない <input type="checkbox"/> 宿泊を希望する								
・借用希望装備 <input type="checkbox"/> ツェルト <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> ハーネス								
・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