

G3「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

2 期 日 5月22日(土)～23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 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)他

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」→(徒歩で大沢小屋周辺へ)
→「テント設営」→「雪上歩行技術(アイゼン・ピッケルの使用、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*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 受講料 23,000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7日(金)】

*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。

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。

キャンセル料は取消日が、開始日の前日からさかのぼって7日前～2日前 30%、前日～開始日当日 50% 連絡なし 100%

(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

この要項はネットでも見られます↓

【電話】 (0261) 22-2773

【FAX】 (0261) 22-5444

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

【E-mail】 info@sangakusogocenter.com



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	
アウトージャケット	1s	雪山用(防風雨・雪) ※しっかりした雨具でも可	ピッケル	1	
アウトーズボン			*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	1s	材質によりオーバ-手袋も 必要	(テント一式) 及び宿泊用具		シュラフ・マット含む *シュラフは3シーズン用でも可能
ロングスパッツ	1s		火器類及び炊 事用具		コンロ 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。

*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(1ℓ程度)	適	炊事、作った水を入れる
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	写してよい	携帯トイレ*必携	適	2日分

*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。

★コロナ感染防止対策

マスク	適	日数分+アルファ	マイ消毒剤	適	アルコールスプレー
密閉ゴミ袋	適		体温計	1	

G3「雪上技術講習in針ノ木雪渓(テント泊)」受講申込書
 ※ホームページの申込フォームよりお申込み下さい➡



フリガナ		性別	男 ・ 女	生年月日
氏名				年 月 日 才
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 <input checked="" type="checkbox"/> 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"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 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