

## E「マルチピッチクライミング教室」要項

1, ねらい これからマルチピッチクライミングを始めようと思っている方が人工壁や自然の岩場でマルチピッチクライミングの基礎を学ぶ。

2, 対象 リードクライミング経験者(5.7程度をリードできる方)

3, 場所 長野県山岳総合センター人工岩場・長野市近郊の岩場

4, 定員 8名(最少催行人数4名)

5, 日程 A日程かB日程のどちらかを選択

	1回目	2回目	3回目
A日程	8月27日(土)	9月17日(土)	11月5日(土)
B日程	10月15日(土)	10月29日(土)	希望者のみ



6, 受講料 1回目、2回目：各15,000円(税・保険代を含む)  
3回目(選択受講)：18,000円(税・保険代を含む)

7, 講師 公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導員 他

8, 申し込み 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8月22日(月)  
[https://sangakusogocenter.com/moshikomi\\_tozan2022E.html](https://sangakusogocenter.com/moshikomi_tozan2022E.html)  
※先着順にて受付けます。  
※定員に達した場合締め切り日前でも申し込みを締め切ります。

申込フォームは  
こちら↓



9, キャンセル料 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%

10, 持ち物 ロープクライミング装備一式 ※詳細は別紙参照(ロープは貸出)  
マスク、消毒剤、飲み物、昼食

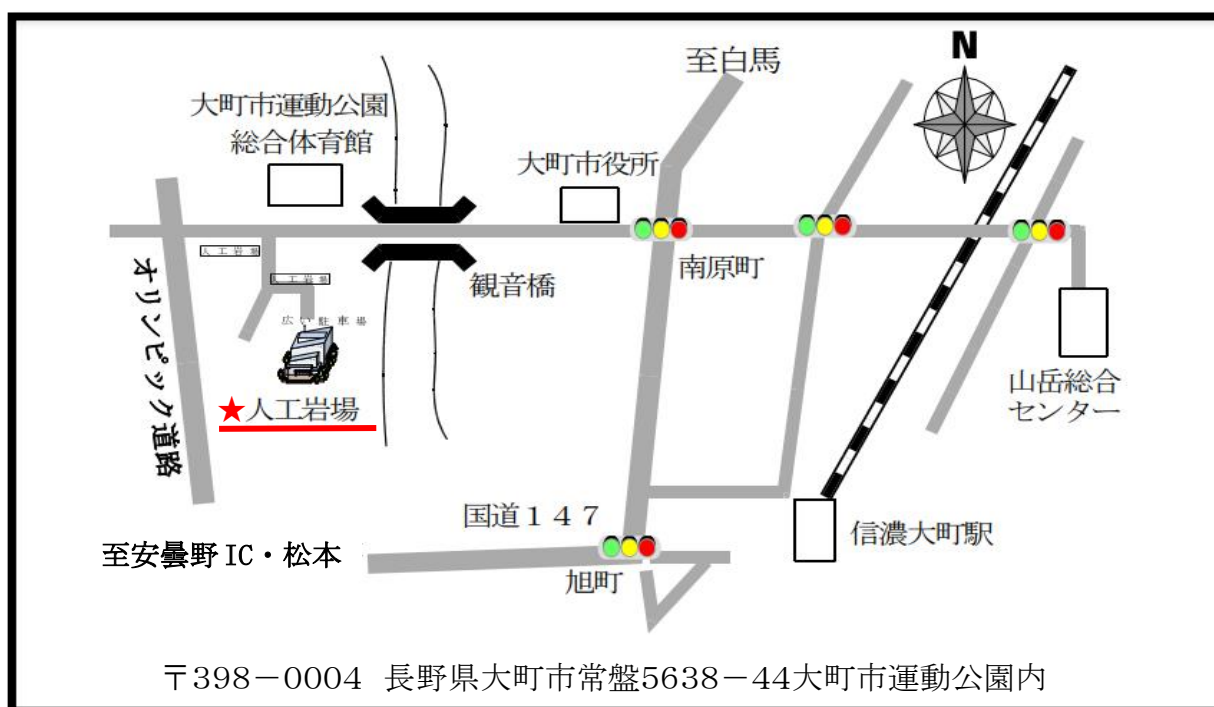
11, その他 ○当日は検温を行ってきてください。  
○発熱・体調不良等の症状がある方は受講をお控えください。  
○新型コロナウイルスの感染状況によっては、講習会を中止することがあります。

## ★レッスン内容

日程	場所	内容	持ち物
<b>1回目</b> A:8月27日(土) B:10月15日(土)	人工岩場	・支点の構築 ・自己確保 ・フォローの確保 ・懸垂下降	ハーネス、クライミングシューズ、確保器(セカンドモード付)、革製手袋、ヘルメット、安全環付きカラビナ4枚以上、カラビナ2枚以上、スリング120cm以上2本、クイックドロージャー数本(あれば)、フリクションコード(貸出可)
<b>2回目</b> A:9月17日(土) B:10月29日(土)	人工岩場	・復習 ・まとめ	同上
<b>3回目</b> 11月5日(土) 希望者のみ	自然の岩場	・自然の岩場で実践	同上

※多少の雨でも実施しますので、雨具もお持ちください。

## ★人工岩場へのアクセス



講習についてのお問い合わせやお申込み

★長野県山岳総合センター(月曜、祝日の翌日休館)

〒398-0002 長野県大町市大町 8056-1 【電話】(0261)-22-2773

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

【E-mail】 [info@sangakusogocenter.com](mailto:info@sangakusogocenter.com)