

第2回「信州山岳アウトドア研修」要項

- 1 **ねらい** 登山者と接する機会の多いアウトドアショップスタッフと長野県山岳総合センター職員が、情報共有や基本的な登山技術・知識を相互に学ぶ。またこの研修を通してアウトドア業界として連携を深めるとともに、安全登山に対する意識を高める。
- 2 **期 日** 2023年6月21日（水）
- 3 **研修場所** 長野県山岳総合センター 人工岩場
- 4 **参加対象** アウトドアショップスタッフ、長野県山岳総合センター職員
- 5 **日 程** 6月21日（水）
 - ・受付 9:00（長野県山岳総合センター 人工岩場）
 - ・自己紹介 9:00～9:15
 - ・研修Ⅰ 9:15～10:15 「各ブランドのウェア紹介」「試着会」
岩稜帯歩き、クライミングシーンで使えるウェアやギアを各ブランドで持ち寄り、紹介する。
 - ・研修Ⅱ 10:20～12:30 「ロープクライミングの基礎」
ロープクライミングギアの使い方、基本のロープワーク（8の字）、登り方などを経験者が初心者にレクチャーする。
 - ・昼食 12:00～13:00
 - ・研修Ⅲ 13:00～15:00 「懸垂下降」
 - ・研修Ⅳ 15:00～15:30 「感想・質問」
悩みや次回の要望など広く意見交換をする。
 - ・解散 15:30
※解散後に希望者のみスポーツクライミングを体験できます。
- 6 **参加費** 無料
- 7 **持ち物**
 - ・ロープクライミング装備一式（ハーネス、グローブ、確保器※懸垂下降が出来るもの、クライミングシューズ）※全て貸出可能
 - ・動きやすい服装
 - ・飲み物、昼食
 - ・各ブランドの試着可能なウェア「岩稜帯歩き、クライミングに適したウェア」
- 8 **お申込み** 長野県山岳総合センターのホームページから申込みフォームでお申込みください。
https://sangakusogocenter.com/moshikomi_tozan2023T1.html
- 9 **その他** 次回は10月18日(水)です。

