

# 夏山を目指して！！ 春から始めよう



## 第2回



# 初心者のための登山教室

初心者 登山教室日程 全6回	参加費用	内訳
① 4月11日(土) 13:00~16:00 (山友会:事務所)	2,500円	
開校ガイダンス・机上学習	3時間	500円
(登山装備・天候と服装・安全登山・歩き方・読図等)		
② 5月17日(日) 実技 甘南備山		500円
春のふれあいの集いに参加(交流)	1時間30分	
(登山技術訓練・ロープワーク練習等)		
③ 6月7日(日) 実技 京都一周トレイル(蹴上~北白川)	約6時間	500円
読図中心に使い方練習		
(地図の見方・コンパス・YAMAPの使い方等)		
④ 7月5日(日) 実技 京都一周トレイル(比叡山~大原)	約6時間	500円
安全登山に関する登山全般について学習。		
(長時間歩行・休憩の取り方・急坂の登下練習等)		
⑤ 8月9日(日) 実技(最終) 武奈ヶ岳	約6時間	500円
登山教室の修了山行として最終トレーニングを実施。		
(全4回での学習内容を改めて実践チェック)		
⑥ 8月30日(日) 修了式 (修了証:交付) 懇親会		実費

申し込み締め切り 3月31日(火) 午後6時まで

★ 事務局(竹原)までご連絡下さい。 090-9270-0150

PCメール: junji\_takehara@kcn.jp

★ 定員: 先着約20名程度 講師: 山友会(教育部)担当 昨年実績: 15名

★ 受講料: 2,500円(開講式にて集金) 交通費等は自己負担

★ 参加資格: 原則市内在住・在勤の18歳~65歳までの方。

これからハイキングや登山を始めてみたい方。登山経験はあるがあらためて学んでみたい方。山友会の経験豊かなメンバーがサポートします。

登山の基礎を一から学びながら楽しい山歩きを体験してみませんか?

主催: 京都田辺山友会