

2022年度

# 夏山を目指して！！春から始めよう

第4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 2,500円
① 4月9日(土) 13:00~16:00 (田辺中央公民館)		約3時間
開校ガイダンス・机上学習(基本的な登山装備の全般にわたり解説)		
(登山装備・天候と服装・安全登山・歩き方・等)		
② 4月24日(日) 13:00~16:00 実技 甘南備山 (雨天の場合:場所変更有)		
低山登山の歩行訓練、ロープワーク体験		約3時間
(登山技術訓練等)		
③ 5月15日(日) 実技 京都一周トレイル:東山コース:北部(北白川~比叡山)		約6時間
YAMAPの体験及び使い方練習		
(地図の見方・コンパス・YAMAPの使い方等)		
④ 5月29日(日) 実技 京都一周トレイル:北山コース:東部(比叡山~大原)		約6時間
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 6月12日(日) 実技(最終トレーニング) 比良山又は愛宕山		約6時間
登山教室の修了山行としてYAMAPと読図の体験及び最終トレーニングを実施。		
(全5回の学習内容を改めて実践チェック)		
⑥ 6月26日(日) 修了式 (修了証:記念品 授与) 反省会		

申し込み締め切り 2022年3月31日(木) 午後6時(厳守)までをお願いします。

★ 教育部(中田)までご連絡下さい。 090-8121-3692

PCメール: [shigeo262200@yahoo.co.jp](mailto:shigeo262200@yahoo.co.jp) 京田辺市社会体育協会: 0774-29-9008

★ 定員: 先着約20名程度 講師: 山友会(教育部)担当 昨年実績: 25名(参加)

★ 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~70歳までの方。(コロナ状況により日程変更有)

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びたい方。山友会の経験豊かなメンバーが親切にサポートします。登山の基礎を一から学んで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