

あなたも山登りを始めませんか？

2022年度 石城（いわき）登山教室・生徒募集

目的 第3次登山ブームといわれ登山をする人が増えており、正しい登山知識・技術の普及が求められています。

初心者が 月 1 回の室内講習・登山実技を 2 年間行い、自立した登山者（計画を立てテント泊ができる）になれることを目指します。



募集人員 63 歳以下の方 20 名

場所 内郷公民館

日時 毎月第一水曜日 講習 18:30～19:40 山行打ち合わせ 19:40～20:30

受講料 5,000 円(テキスト、資料代含む。実技山行はその都度実費)

講師 日本山岳・スポーツライミング協会公認指導員

申し込み 3月15日〆切、秋葉 Fax：43-7767、Mail：sd445778@pg8.so-net.ne.jp

月	日	室内講習	日	登山実技
4	6	開講、登山の基礎、準備	10	関伽井嶽
5	11	登山の基礎、体力	8	五十人山
6	1	地図とコンパス①	12	磐梯山
7	6	地図とコンパス②	10	一切経山
8	3	小屋泊の準備	7～8	尾瀬
9	7	山の天気の詳細点	11～12	蔵王
10	5	危急時の対応	9～10	八ヶ岳（蓼科）
11	2	心肺蘇生法	27	いわき七峰整備
12	7	冬山の楽しみ	11	いわき七峰実施
1	4	救急法	8	日山（軽アイゼン練習）
2	1	山道具のメンテナンス	12	スノウシュートレッキング
3	1	修了式	26	いわきの山を歩く（未定）

主催：石城（いわき）山岳会

後援：いわき市

石城（いわき）登山教室参加申込書

氏名 _____ 男・女 血液型 _____ 生年月日 _____ 年齢 _____

住所〒 _____ 電話 _____

FAX _____ 携帯 _____ mail _____