



登山のための岩登り講習

～岩登り、岩下り、ガレ場歩き、徒渉歩きを練習しましょう～

六甲・蓬莱峡

< 4 ～ 8 名まで >

【集合】 10/26(土) 8:30 阪急宝塚駅改札前

【解散】 10/26(土) 16:00 頃 同駅解散予定

【行程】阪急宝塚駅→蓬莱峡屏風岩・針峰群にて講習→阪急宝塚駅

【内容】登山靴での岩登り・三点確保、岩場の下り・徒渉のなどバランスの移動、急斜面の登り下り・ガレ場歩きのコツなどアルプス登山や岩場の多い山で役に立つ動き方等講習。岩登りや下りはもちろんロープで確保して行いますのでご安心ください。

【装備】

登山靴 = アルプス登山や岩場の多い山で使う固めの登山靴でお越してください。(お持ちでない場合、わからない場合はいつもの登山靴で結構です。当日ご説明して必要性をお伝えできると思います。)

○一般登山装備 (バックパック、レインウェア、防寒着、手袋 (薄手)、サングラス、日焼け止め、行動食 (昼食含む) 飲料 (水筒や魔法瓶 1ℓ 前後)、ヘッドランプ、タオル、ティッシュ、健康保険証、財布等貴重品、携帯電話、メガネの方は予備やコンタクト、あればファーストエイドキット)

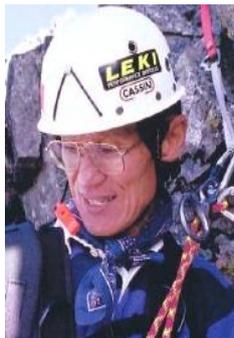
○ヘルメット・簡易ハーネス (クライミングハーネスでも可)・安全環カラビナ 2 枚お持ちの方は持参してください。

* ヘルメット (¥ 5 0 0) 簡易ハーネス (¥ 5 0 0) はレンタル可能です。お申込み時にお伝えください。

【講習費】15,000 円 【当日経費】 1,000 円前後 < 人数により変動 >

担当ガイド

角谷道弘ガイド < 国際ガイド > & 山本一夫ガイド < 国際ガイド >



お申込みはこちらを
クリック↓
ナチュラルスタイル
(島田ガイド事務所)



ナチュラルスタイル HP
<https://www.naturalstyle-guide.com/>