

ビギナーのための登山入門講座 ご案内

応募者 各位

こんにちは。香川県勤労者山岳連盟の登山講座担当です。

このたび、ビギナーのための登山入門講座に応募いただきありがとうございます。

6月19日(日)の「安全で楽しい実践山歩き講座」のご案内をさせていただきます。

○ 集合場所：道の駅しおのえ 駐車場

○ 集合時間：8時00分

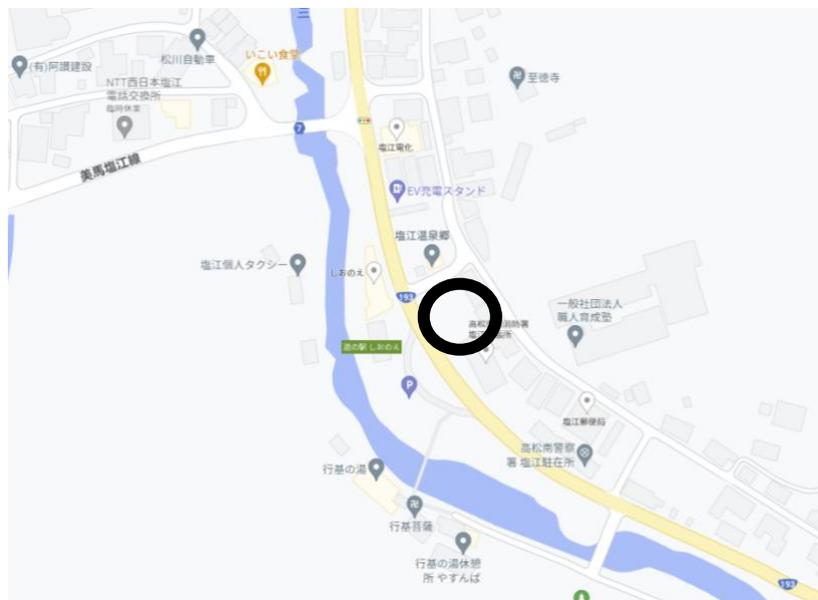
ここに集合、点呼ののち、大滝山県民いこいの森 自然学習館へご案内します。
基本、マイカー移動とします。マイカーがない方は、ご連絡ください。

準備物

1. 受講料 5000円 当日、現金で徴収いたします。
2. 山登りをしている人は、現在持っている山道具をすべて持ってきてください。
登山用品を持ってない人は、運動できる服装で来てください。次ページの装備表を参考にしてください。午後は野外で大滝山に登る予定です。
カップ、雨傘をお忘れなく。
3. スポーツドリンク、お茶、水等の飲み物。
4. 昼食は、講習で作って食べます。コッヘルなどの食器。水筒。野外で使える食器がなければお貸しします。お箸、スプーンは持参ください。
5. ノート・筆記具。

連絡先 090-6282-7874 加藤高志

集合場所 →



装備表（参考）持ってないかたは、講習のあとそろえるとよいでしょう。

1	ザック	21	登山計画書
2	ハイキングシューズ	22	地図
3	靴下	23	コンパス
4	帽子	24	時計
5	手袋	25	財布・お金
6	長袖シャツ	26	ポリ袋
7	下着（化繊・毛）	27	スタッフ袋
8	長ズボン	28	保険証
9	防寒着	29	自動車免許証
10	雨具（カッパ）	30	替えの下着・靴下
11	のみ水ペットボトル	31	携帯電話
12	ヘッドランプ・電池	32	傘
13	行動食	33	マッチ、ライター
14	非常食	34	ツェルト
15	救急用品・持病薬	35	レスキューシート
16	タオル	36	細引き
17	ちり紙	37	テーピングテープ
18	レジャーシート	38	手帳・筆記具
19	コッヘル（食器）		その他山域・山行形態・季節により装備追加
20	ナイフ		

注意点

体調が悪いなど欠席する場合はお知らせください。熱、風邪の症状がある場合は欠席
 お願いします。