

公益社団法人日本山岳会東京多摩支部

2023年 第10期

登山教室受講生 募集！

登山教室では楽しく安全な山歩きが楽しめるよう、山歩きの基本的な技術、知識、マナーなどをお教えします。講座6回と、奥多摩の山を中心に登山実習を11回行います。経験豊富なスタッフが親切、丁寧に指導します。登山教室は今回で10期となり、ハウツーが蓄積されています。受講生のご期待におこたえできるでしょう。

募集要項	
募集	20名
締切	3月5日
カリキュラム	下記参照
受講料	半期 12,000円
応募/問合せ先	登山教室事務局 河野悠二 kyuuji@mwd.biglobe.ne.jp 042-544-4738 ・ 090-6941-0399



受講生の声

修了した友人に勧められて入りました。山友もできて、山の世界が広がって、入ってよかった！

安全に高尾山に登りたいと思って入会。やさしく指導していただき、今の目標は北アルプス縦走！

実習で奥多摩、大菩薩や上高地など、いろいろな山に登れて楽しい！

2023年 カリキュラム

	実施日	講座	登山実習
上 期	4月5日(水)	山の歩き方	
	4月12日(水)	登山の装備	
	4月22日(土)		三頭山
	5月10日(水)	山の医療とトレーニング	
	5月17日(水)	地図の読み方	
	5月27日(土)		御前山
	6月7日(水)	山の楽しみ方	
	6月17日(水)		大岳山
	7月22日(土)		高水三山
	8月19日(土)		大菩薩嶺
	9月9・10日(土日)		上高地・山研・岳沢(泊)
下 期	10月14日(土)		川苔山
	11月18日(土)		六ツ石山
	12月16日(土)	冬の山歩き	
	1月20日(土)		笹尾根・槇寄山
	2月10日(土)		入笠山
	3月9・10日(土日)		三ツ峠山(修了式)(泊)

- ・三頭山/御前山/大岳山/上高地・山研・岳沢/入笠山は貸し切りバス利用
- ・講座は立川「市女性総合センター5階会議室にて18:30から約2時間
- ・詳しい案内は東京多摩支部HPをご覧ください→

<https://jac.tokyo/archives/6019>