

第12期 初級登山教室 4月開講！

受講生募集



山も知らずに

登っていいの？

募集人数 25名
応募締切 3月10日

応募の方は
当山岳会HPより
お申込み下さい
登山教室事務局

日本山岳会東京多摩支部
★ <https://jac.tokyo>



第12期 初級登山教室募集要項

(公社)日本山岳会・東京多摩支部では初級登山教室を開講致します。

登山は初めてという方・昔は登ったが今は自信が無いという方向けの

初級教室です。ザックの背負い方や、靴紐の結び方から練習をいたしますので無理なく始めて頂けます。

1年間を通してのカリキュラムで、座学や実習を経て毎月ステップアップをしながら体力作りと山登りの基礎をしっかりと学び、仲間達との安全登山を目指します。

受講期間 2025年4月より2026年3月までの1年間

(下記カリキュラムをご覧ください)

募集人数 : 25名

応募締切り : 3月10日(月)

基本受講料 : 年間 30,000円(半期ごと分割可) テキスト代 1000円

都度費用 : 保険代(実習の際に団体1日保険に加入頂きます) 500円/回

: 交通費(現地までの交通費・貸切バス費は実費)

: 宿泊費(2回の宿泊実習に伴う費用)

- ・保護者・介護者等の補助が必要な方は申し訳ありませんがご遠慮下さい。
- ・単式の講座では有りませんので、なるべく1年間通してご参加いただける方
- ・講座や連絡事項にEメールを使用し、PDF等のファイルを添付いたしますので

ご自身で送受信の出来る方

※最近事務局よりの連絡が受信拒否されるケースが有ります。メール設定は事務局からのメールを受信できるようにしてください（docomoの方は特にご注意ください）

応 募 先：日本山岳会東京多摩支部・初級登山教室事務局

担 当 者：皆川 minagawajp55@gmail.com まで必要事項を

ご記入の上ご応募下さい

応募受付後 当事務局よりご連絡メールを差し上げます

記入事項：氏名(フリガナ)・年齢・性別・返信メールアドレス

携帯電話番号・登山歴（有ればご記入下さい）

この講座は一般の登山初心者を対象としています。
既に山岳団体等へご加入済みの方はご遠慮ください。

第 12 期 初級登山教室カリキュラム

4月2日	(水)	開講式 及び 講座 山の歩き方	8月20日	(水)	講座：山の楽しみ方
4月9日	(水)	講座：登山装備 全般	9月6日	(土)	登山実習：上高地・岳沢
			9月7日	(日)	宿泊研修
4月19日	(土)	登山実習：三頭山	10月4日	(土)	登山実習：川苔山
5月8日	(木)	講座：山の医療と トレーニング	11月6日	(木)	講座：冬の医療
5月14日	(水)	講座：地図の読み方	11月15日	(土)	実習登山：六つ石山
5月31日	(土)	実習登山：御前山	12月13日	(土)	講座：冬の山歩き
6月4日	(水)	講座：山の天気	12月20日	(土)	実習登山：高川山
6月21日	(土)	実習登山：大岳山	1月17日	(土)	実習登山：石割山
7月26日	(土)	実習登山：大菩薩嶺	2月14日	(土)	実習登山：入笠山
			3月7日	(土)	実習登山：三つ峠
			3月8日	(日)	修了式（宿泊研修）

※講座会場は国分寺オープンイノベーションフィールド国分寺・第二セミナー室

にて 18 : 30 より約 2 時間の予定、また会場の予約都合で変更になる場合がある。

(但し 12 月 13 日(土)の講座は 13 : 30 より、約 3 時間の予定)

※天候・その他諸事情により山行先、日程などが変更になる場合がある。