

無名山塾・こぐま自然クラブ参加要項



岩場を安全に越えるために / **奥武蔵・平戸の岩場でトレーニング**

夏山も近づいてきました。そろそろ準備しないと。1年に1回はやっておきたいトレーニングです。ジムでは得られない岩の感触でトレーニングすることが大切です。

期 日	2018/05/13(日)		難易度	-	募集人員	4名
集 合	西武秩父線 東吾野駅改札口 9:00					
集合方法 (例)	西武池袋駅発7:35急行 → 飯能駅で秩父線に乗換 → 東吾野着8:54					
日 程						
05/13(日)	<ul style="list-style-type: none"> ・岩場の登り降りを繰返し三点確保や体重移動などをマスター(ロープで確保します) ・ロープの基本の結び方 ・フェラータによる自己確保(劔岳、キレット通過などに必要な技術) ・ロープ、スリング、カラビナ、ハーネス等の使い方 <p>*今夏 劔岳早月尾根、甲斐駒黒戸尾根等の実施を考えています。安心・安全登山のため 参加する方はこの講習をできるだけ受けてください。</p>					
*原則的に雨天決行ですが、悪天が予想される場合は中止として前日までに判断しご連絡します。						
装 備	<p>登山靴(履き慣れたもの)、ザック(体に合ったもの)、雨具(透湿防水性がベスト)、防寒具(フリースやダウンジャケット等)、着替え、行動食(簡単に食べられる昼食)、水(自分の必要量)、スマートフォンなど(満充電のこ)、常備薬など</p> <p>特別に必要な装備: フェラータ安心セット(レンタルあり)</p>					
参加費	一般	11,500円	無名山塾会員	10,500円	【ネット割あり】	
	<p>*交通費・宿泊は各自負担 *旅行保険加入済(病気の場合は出ません)</p> <p>*インターネットによる申込みの場合、その月最初の参加時に500円割引となります。</p> <p>*実施2週間前からキャンセル料が発生します。</p> <p>・出発日の14日前以降8日前まで 20% ・出発日の7日前以降3日前まで 30%</p> <p>・出発日の前々日と前日 50% ・当日 100%</p> <p>*参加費は原則として14日前までに以下のどちらかの口座にお振込をお願いいたします。</p> <p>*参加申込み時点で実施が決定していない場合は決定のお知らせ後お振り込みください。</p> <p>・三菱東京UFJ銀行・大塚支店 普通1668235 口座名 大津洋介(オオツヨウスケ)</p> <p>・郵便振替 記号10050 番号5317611 口座名 大津洋介(オオツヨウスケ)</p>					
参加 申込	<p>*参加申込みは前日まで受付ますができるだけ早くお願いいたします。</p> <p>*メール、SMSの場合はプログラム名、日程、氏名、連絡先をご連絡してください。</p> <p>*FAX・郵送の場合は別紙申込書に記入の上送付してください。</p> <p>*申込先 〒195-0072 東京都町田市金井2-19-35 大津洋介 TEL: 090-8518-6076 FAX: 03-6745-2673 Mail: koguma123@gmail.com</p>					
<p>無名山塾・こぐま自然クラブ 大津洋介 〒195-0072 町田市金井2-19-35 TEL: 042-735-2570 090-8518-6076 FAX: 03-6745-2673 E-mail: koguma123@gmail.com ホームページ: http://koguma.sun.bindcloud.jp/ 日本登山インストラクターズ協会(JMIA)理事 JMIA公認登山インストラクター</p>						