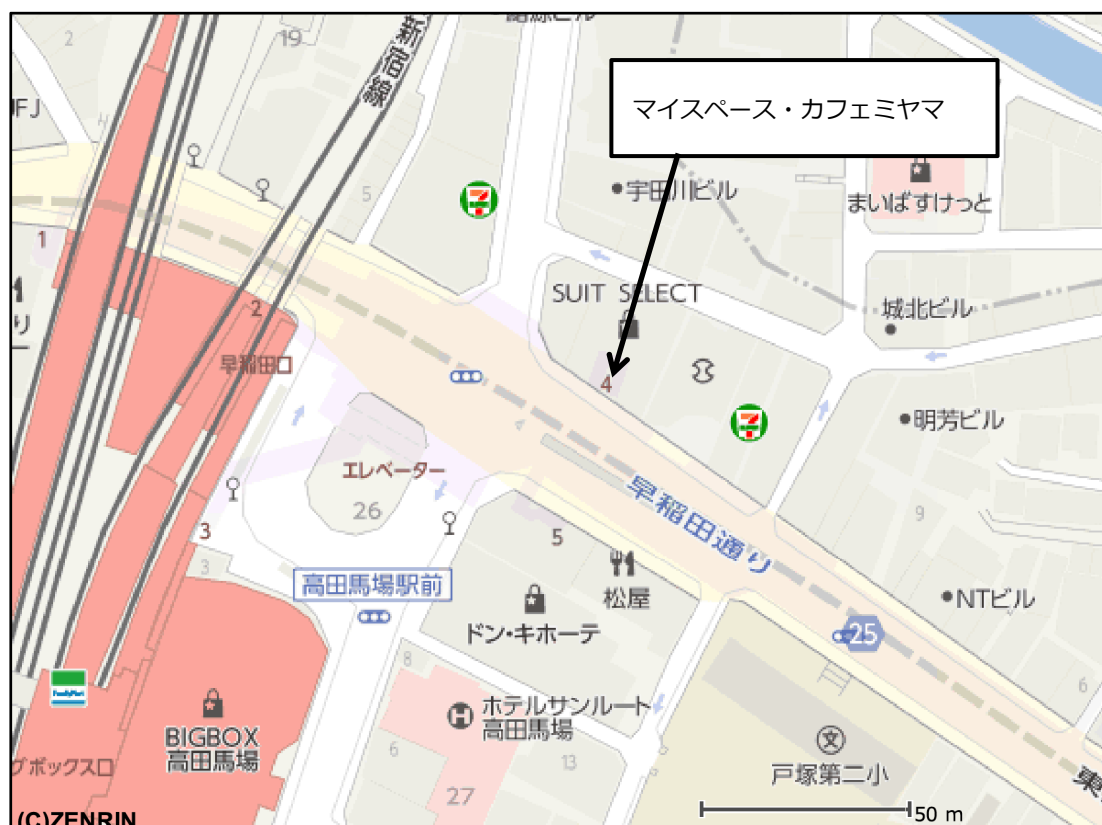


こぐま自然クラブ 登山を始める講座

基本中の基本「歩く」こと

これから登山を始めたい、始めたけれどわからないことばかり、そんな方々話を聞きに来ませんか。ネットからの知識もいいですが、経験者から話を聞くことも大切。脱線した話の中にも重要なことがあるかもしれません。

- 日 時： 2018年5月30日(水) [昼の部] 14:00～ 13:50から入れます。
[夜の部] 19:00～ 18:50から入れます。
- 場 所：マيسペース・カフェミヤマ高田馬場駅前店 1号室 (喫茶店の奥の部屋です)
東京都新宿区高田馬場2丁目17 高田馬場 2-17-4 菊月ビル地下1階1号室
TEL 03-5292-5772 (ご参加人数が少ない場合は一般席にて)
- 内 容：歩くことは登山の基本。これを身につけないと疲れるだけでなく、事故をおこす可能性もあります。
- 参加費：1000円 (会場費 ドリンク付) 参加要予約。
- 連絡先：こぐま自然クラブ 大津
TEL : 090-8518-6076 FAX : 03-6745-2673 Mail : koguma123@gmail.com



* カラオケビックエコーのビルの地下です。東西線は改札口を出て4出口へ。

主催：無名山塾・遠足倶楽部 後援：JMIA 日本登山インストラクターズ協会 こぐま自然クラブ
<http://koguma.sun.bindcloud.jp/index.html>