

山 に 登

○登山をはじめてみようと思う。
○登山を始めたけれどわからないことがある。
○登山はベテラン、いまさら聞けないことがある。
などなど、登山に対して大きな疑問をお持ちの方は多いのではないのでしょうか。そんな疑問に私自身のこれまでの登山経験を元に計画、技術、考え方、あそび方などの疑問点をお答えし解決するワークショップです。

場所：(株)キャラバン 本社 8階 レセプションルーム
巢鴨駅より徒歩3分
東京都豊島区巢鴨 1-25-7

時間：18：30～ 70～80分程度

参加は無料、要参加予約(大津まで Mail、TEL、FAX 等)
当日はキャラバンショップ巢鴨店(キャラバン本社ビル1階 TEL：03-3944-2426)で受講受付します。
ご参加の方にはキャラバンショップの割引券をプレゼントします。

る た

01. 山に何を持っていくか
講師のザックの中身をのぞいてみよう。 07月10日(火)
 02. 基本は歩くこと
バテない歩き方と岩場を安全に越える。 08月07日(火)
 03. 地形図を広げてみよう
地図の種類と記号、コンパスの基礎。 09月04日(火)
 04. 山の食を考える
行動食・予備食・非常食、そして水。 10月09日(火)
 05. 地形図を広げてみよう
地形と等高線の関係を考える。 11月06日(火)
 06. 雪のある白い世界へ
雪山を歩いてみませんか。 12月04日(火)
- 以降の内容は追って発表します。

め の Work Shop



Caravan®

無名山塾・遠足倶楽部/こぐま自然クラブ/JMIA 日本登山インストラクターズ協会 協力：株式会社 キャラバン
〒195-0072 東京都町田市金井 2-19-35 大津 洋介

連絡先：TEL 090-8518-6076 FAX 03-6745-2673 MAIL koguma123@gmail.com HP：<http://koguma.sun.bindcloud.jp/index.html>