



G6 「【基礎】雪上技術講習 in針ノ木雪渓（1日）」要項

- 1 **ねらい** これから本格的に雪山に登ろうとする方が、雪山登山の知識や技術（雪上歩行、アイゼン・ピッケルの使い方、滑落停止技術等）を、平日1日のみの針ノ木雪渓で学ぶ
※難易度はG3→G4・G6→G5と高くなります
- 2 **期 日** 5月23日（水）
- 3 **講習場所** 針ノ木雪渓
- 4 **受講対象** 夏山登山経験者で雪上歩行の経験のある方 10名
- 5 **講 師** 日本体育協会公認山岳指導者
- 6 **日 程**
【1日目】
 - ・受付 9:00～9:10（立山黒部アルペンルート扇沢駅切符売り場 横）
 - ・開講式 9:10～9:20
 - ・講習 9:30～
（実技講習場所へ移動）→実技「雪山登山用具の扱い方」→実技「雪上歩行」（適宜昼食）→実技「ピッケル・アイゼンの使い方」→実技「滑落停止技術」→扇沢
 - ・閉講式 15:40～15:50（扇沢で解散16:00）
- 7 **参加費** 10,000円（保険代含む）
- 8 **服装・持ち物** ☞【別紙】参照のこと
- 9 **申込み**
要項末尾の申込書の必要事項を、ホームページから申し込む。
FAXでの申し込みも可。申し込み締め切りは、5月15日（火）
 - * 先着順にて受付
 - * 締め切り日前でも、定員に達した場合は、申し込みをお断りする場合があります。
- 10 **その他**
 - (1) 受講料は、当日受付にてお支払い下さい。
 - (2) 受講を取り消される場合はすみやかに連絡して下さい。
尚、当日キャンセルの場合は参加費の50パーセント、3日前から前日のキャンセルの場合は30パーセントのキャンセル料が発生します
 - (3) 天候の状況などにより日程の一部を変更する場合があります。
 - (4) 集合場所の扇沢駅に車でお越しの方は、必ず駐車場に駐車下さい。（市営の無料駐車場が一杯の場合は、有料駐車場になります。）駐車台数に限りがありますのでご注意下さい。



【別紙】8 服装・持ち物

①服装・靴・装備

品目	数	備考	品目	数	備考
防寒用帽子	1	ニット帽、 バラクラバ(目出帽)等	ザック	1	30~40ℓ程度
アウター ジャケット	1s	雪山用(防風雨・雪) ※しっかりした雨具でも可	*雪崩ビーコン *プローブ *ショベル	1s	
アウターズボン					
防寒着 (フリース等)	1	化繊、ウール ダウン等	*アイゼン	1s	
			*ピッケル	1	
雪山用の中間着	1s	長袖・長ズボン 綿不可	サングラス	1	必携
雪山用の下着	1s	綿製品は不可	時計	1	
雪山用の靴下	1s	綿製品は不可	*ヘルメット	1	
雪山用登山靴	1	防寒防水、アイゼンの 装着が可能なもの	(ツェルト)	1s	あれば持参
雪山用グローブ	1s	材質によりオーバー-手袋 も必要	(ストック)	1s	あれば持参
ロングスパッツ	1s				

*アイゼン・ピッケル・雪崩ビーコン・プローブ・ショベル・ヘルメット・ツェルトは、お持ちでない方については貸し出しが可能です。ただし数に限りがあります。

②その他の携行品

品目	数	備考	品目	数	備考
地図(ルートが載った 地図) ※右記が望ましい	1	国土地理院発行 1:25,000 「黒部湖」	行動食(火器を使 う必要のない物)	適	昼食含む
コンパス	1	プレート付タイプ	飲料水	適	テルモス(保温瓶)
ヘッドランプ	1	電池は新品 予備電池も要	非常食	適	ブドウ糖、チョコレ ート、コンデンスミ ルク等
筆記用具	1		非常用品	適	マッチ、ガムテープ、 細引き等
日焼け止め	1	必携	救急用品	適	持病薬、三角巾等
健康保険証	適	写しでよい			

*ご不明な点がございましたら、センターまでお問い合わせ下さい。

講座についてのお問い合わせや申込みは *当日の急な連絡もこちらまで

★長野県山岳総合センター所在地

〒398-0002 長野県大町市大町8056-1

【電話】 (0261) 22-2773
 【FAX】 (0261) 22-5444
 【ホームページ】 <http://www.sangakusogocenter.com/>
 【E-mail】 info@sangakusogocenter.com

G6 「【基礎】雪上技術講習 in針ノ木雪渓（1日）」受講申込書

フリガナ				生年月日
氏名		性別	男・女	年 月 日 才
住所	〒			
電話番号		携帯番号		
・緊急時連絡先				
TEL	氏名	続柄		
・借用希望装備（該当に☑印）				
<input type="checkbox"/> 借用を希望しない <input type="checkbox"/> 借用を希望する【※希望される場合は下記にもチェックください】 ★借用希望装備 <input type="checkbox"/> アイゼン <input type="checkbox"/> ピッケル <input type="checkbox"/> 雪崩ビーコン <input type="checkbox"/> プローブ <input type="checkbox"/> ショベル <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> ツェルト				
・連絡事項（心配なこと、不明なこと等がありましたらお書きください）				

ご記入いただいた個人情報は、プライバシー保護のため当講習以外の目的での使用は致しません