

長野県山岳総合センター

2026

8月分

センター職員によるプライベート講習

Mountain

Salon 

プライベートだから自分のペースでじっくり学べる。
「はじめの一步」「要点の確認」「スキルアップ」に！



クライミング



ロープワーク



読図&ツェルト

《開催日時》申込フォームからご確認ください➡



お申込みは
コチラから！

《定員・料金》裏面《基本メニュー》をご参照ください。

※2名以上で受講される場合は10%/人の割引があります。

「私たちが教えます!!」

《時間》9:30~12:30 又は 13:00~16:00 (3時間程度)



《その他》お申込み後、メニューに応じて場所や装備等を決定します。

《基本メニュー》

※料金は税込み・保険代込です。
※2名以上で受講される場合は10%/人の割引があります。

クライミングレッスン 料金プラン

メニュー	内容	1人あたりの料金	最大定員
はじめてのロープクライミング	トップロープで15mの高さを体験します	3,000円	4名
リードクライミングに挑戦	ビレイやリードの方法など基礎を学びます	5,000円	3名
ボルダリング上達レッスン	ボルダリング壁で動きを学びます	5,000円	2名

※各種装備の貸出がご利用いただけます。(無料)

ロープワーク 料金プラン

メニュー	内容	1人あたりの料金	最大定員
懸垂下降基礎	懸垂下降の基礎やポイントを学びます	6,000円	2名
トラブルシューティング各種	自己脱出、登り返し、引き上げなど	6,000円	3名
その他技術講習	支点構築、システム確認など	6,000円	2名

※各種装備はご自身でご準備ください。

読図&ツェルト 料金プラン

メニュー	内容	1人あたりの料金	最大定員
読図基礎	地図読み基礎を学びます	4,000円	4名
ツェルト設営実践	ツェルト設営を実践します	3,000円	4名

※ツェルト・コンパスの貸出がご利用いただけます。(無料)



上記以外にも、ご希望があれば応相談です！



例えば...

マルチピッチ
クライミングの
流れを確認したい



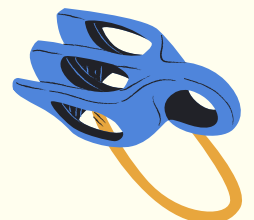
ロープワークが
ちゃんとできて
いるのか確認
したい



地図とコンパスを
使った山座同定を
練習したい



ビレイを
集中的に
練習したい



それぞれのご希望に合わせた講習をご提案します！
まずはご相談ください！

◎その他、団体向け講習は別途ご相談ください◎

お問合せ

長野県山岳総合センター

検索

☎ 0261-22-2773

✉ info@sangakusogocenter.com

SNSも
チェック!

