



長野県山岳総合センター スキルアップ研修会

クライミングトラブルシューティング ～基礎編～

研修内容

- 自己脱出 ●ローダウン
- 登り返し ●倍力引き上げシステム

各技術の基礎事項の確認と、シチュエーションに応じた最も効率的な方法を比較検証する。

※講習会ではなく、各人の技術研鑽の場としての研修会です。

講師

横澤 充 さん

長野県山岳協会指導委員長

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者(山岳)

松本マウンテンフィールド代表

2026年9月12日(土)

場所

山岳総合センター人工岩場(現地集合)

時間

9:00開始～16:00頃解散予定

※8:30に集合場所にて受付開始

参加費

10,000円(一般)

3,000円(長野県山岳協会会員)

※キャンセル料金は講習当日の7日前から発生します。

7日前-2日前:30%、前日-当日:50%、連絡なし:100%

定員

20名程度

※翌日13日の【実践編】と併せて連続で受講される方を優先とさせていただきます。

※12日(土)夜はセンターで宿泊できます(2,000円)。

お申込みの際に宿泊希望を選択してください。

対象者

リードのビレイ、セカンドのビレイ、および懸垂下降が問題なくできる方

※日本スポーツ協会公認・スポーツ指導者資格更新の研修として認定申請中です。

※本研修は初心者を対象としていません。

持ち物

※詳細は、申込み後の返信メールをご確認ください。

ハーネス、ヘルメット、確保器、革手袋、セルフビレイランヤード、プルージックコード、スリング各種、カラビナ各種(安全環付き含む)、その他ギア各種(アッセンダーなど)、レインウェア、昼食等

申込

以下のリンク、

又は右QRコードから →→→

<https://forms.gle/zVtnxia9se6kAvFy5>



主催・問い合わせ: 長野県山岳総合センター ☎0261-22-2773(月曜休館) ✉info@sangakusogocenter.com

共催: 長野県山岳協会 指導委員会・遭難対策委員会