



2017年秋:登山セミナー



登山入門(安全登山を始める準備) 机上



【内容】山岳事故の現状、安全登山の心得、失敗しない道具の選び方、パッキングの方法、服装、山での水分や栄養補給方法、山中の行動原則、天候への対応、登山計画作成、トレーニング方法、山の常識についてご紹介。基本を習得し、安全で楽しい登山を目指します。近年の登山知識を豊富に含んだ内容ですので、経験者の方も新たな知識習得の場として、ご活用ください。これまでの登山の考え方が変わります。

【時間】13:00~16:45 【受講料】¥1,000~¥3,000程度(申込先により異なる)

【開催日:申込先】

10/07(土):岡垣サンリーアイ:093-282-1515

10/10(火):メイトカルチャーセンター黒崎:093-621-0077

10/12(木):宗像文化サークル:0940-37-1511

登山実践-基本編(楽々登山を目指して) 平尾台にて



【内容】下りの基本(膝に負担なく、スリップしない下山方法)、上りの基本(急な長い登りでも、省エネでバテずに楽に登る方法)足が痛くならない靴の履き方、岩場の安全通過法、軽く感じるザックの背負い方、ストックの使い方を実践。未経験者へは、基本を習得戴き、経験者へは、長年の慣習を見直して戴きより楽な山行きを実践して戴きます。多くの感動ポイント(展望の丘、湿原、滝、洞窟、見晴らし岩場)へもご案内。登山を楽しんでください。

【開催時間】8:00~14:30 【開催場所】平尾台(北九州市北九州市小倉南区)

【持参品】山歩き可能なシューズ・ハイキング可能な服装・懐中電灯またはヘッドランプ・スポーツドリンク1.5L・タオル・ザック・雨具(傘:レインウェア)・帽子・軍手・サングラス・お弁当・おやつ・ごみ入れ・ティッシュ・その他・各自お持ちの登山用品

【受講料】¥3,000前後(申込先により異なる)

【集合場所】北九州周辺主要JR駅前他、および現地平尾台

【開催日:申込先】

10/19(木):雨予備日:10/20:宗像文化サークル:0940-37-1511

10/21(土):雨予備日:10/22:岡垣サンリーアイ:093-282-1515

10/31(火):雨予備日:11/01:メイトカルチャーセンター黒崎:093-621-0077

登山用品:買い物:同行サポート



【内容】ベストな登山用品が購入可能なように、買い物サポートを実施

個人に合致するベスト用具を登山プロガイドが選択サポート致します。迷いもなく、無駄買いも無し。

【日時】2017/11/3(金) 【行程】8:30発-10:30天神にて買物&昼食15:00-16:30着

【集合地】JR水巻駅8:25-遠賀公園8:30-JR東福岡駅9:00-なまずの郷9:10

【参加費】¥1,500 食費別 【立寄店】福岡天神店/モンベル/IBS石井スポーツ

【申込先】山旅クラブ登山リーダー 内田迄 Mail:todaywalk@yahoo.co.jp TEL:090-6424-9791

登山実践パートI 香春岳508m&牛斬山580m



【開催日】11/09(木):雨天延長日(11/10(金))

【みどころ】岩登りコースにて山頂へ、急登の途中、眼下に広がる山腹の光景を楽しむ

【セミナー内容】実際の登山を通じて各種心得、要領を体感し、把握して頂きます。徐々に皆様希望する山々へも登山できるようになる事を目標と致します。

【集合場所&時間】JR水巻駅6:30-遠賀運動公園6:35

【行程】6:30発-コンビニ朝食-8:00登山13:30-14:00温泉15:00-16:30着

【登山時間とレベル】歩行:4h、行動:5h、距離6k、標高差550m、入門レベル 【装備】登山実践:平尾台に同じ

【受講料】¥2,800+¥500(ハイキング保険代) 食費,温泉代は別途個人負担

【申込先】宗像文化サークル 0940-37-1511

登山実践パートII 宝満山(829m)



【開催日】12/07(木):雨天延長日(12/08(金))

【みどころ】人知れずの難ルートを往く。各種の体験(渡渉、ザイル場、岩登り等)をして戴きます。

【集合場所&時間】⇒6:30JR東福岡南口⇒6:40なまずの郷⇒8:00現地コンビニ店前

【行程】6:30発-8:30登山14:30-15温泉16-18:30着

【登山時間とレベル】歩行5h、行動6h、距離6K、標高差700m、一般レベル

【装備】【装備品追補】登山実践パートIに同じ

【受講料】¥2,800+¥500(ハイキング保険代) 食費,温泉代は別途個人負担

山岳地図とコンパスの使い方 ~地図を読んで道迷いをなくそう~



【内容】道迷いから起因する山岳事故が圧倒的多数を占めている状況を少しでも軽減する為、それを防ぐ方法を楽しみ演習を交えながら習得致します。読図がなぜ必要なのか、読図の基礎知識、コンパスの使用方法、読図の応用技術等を紹介いたします。基本を習得し、安全で楽しい登山を実践ください。

【時間】13:00~16:45 【持参品】コンパス、筆記用具 【受講料】¥1,000程度

【開催日:申込先】12/16(土):岡垣サンリーアイ093-282-1515

内容:問い合わせ先 :090-6424-9791 講師:日本山岳ガイド協会 登山ガイド 内田修市