

## 健幸登山教室 案内

楽しい登山を続けて健康な幸せを！

主催：（公社）日本山岳会京都・滋賀支部

協賛：NPO 比良比叡自然学校

協賛：レスキュー比良

第一回、道迷いしないためには、道迷いから無事帰宅するためには。

第一回は、地図や磁石（コンパス）の見方、使い方、スマートホンの GPS 地図アプリの活用、雨でなければ室内講習の後、フィールドで実施します。第一回を受講された方は第二回目以降の沢登り入門、クライミング入門等の優先参加が出来ます。

健幸登山教室を年 4 回予定しています。本年度の講習山域は比良山系で行います。

経験豊富な日本山岳会会員や、日本スポーツ協会の山岳指導員が分かりやすく指導いたします。

**実施日**：令和元年 6 月 9 日（日）8：30～17：00 （雨天時は室内講習を行います）

**集合場所**：北小松比良げんき村会議室（JR 湖西線北小松駅より徒歩約 15 分）ガレージ有

**講習費用**：2500 円（施設使用料、資料代）保険等は各自対応してください。

**持物**：雨着、折りたたみ傘、昼食弁当、おやつ、ヘッドライトか懐中電灯、携帯電話と予備電池、保険証、軍手等、タオル、シャツ着替、おやつ、常用薬、筆記具、運動に適した服装

**その他**：活動中における事故等は自己責任となりますので、必ず傷害保険にご加入の上、ご参加ください

**申込締切**：6 月 7 日、先着 25 名

**お問い合わせ先**：[04etmm@gmail.com](mailto:04etmm@gmail.com)

次回講習予定

- 2 回： 7 月 28 日：沢登り、クライミング入門：明王谷
- 3 回： 9 月 8 日：正面谷より武奈ヶ岳
- 4 回：10 月 20 日：釈迦岳～北比良峠（ルート未定）