おとな女子登山部

~登山中の非常時に備えた知識・技術を身につけよう~

初めての危急時対策講座

~低山あるあるを知っておこう~

講 師　角谷道弘　馬場つぐみ

（公）日本山岳ガイド協会
国際山岳ガイド
日本プロガイド協会会長
日本山岳レスキュー協会

おとな女子登山部
関西地区ガイド

開 催 日 時

2/25 [日]

[最少催行人数／定員] 3-14名

[参加費] **10000円 [一般 11000円]**

[集合] **9:10**
JR新神戸駅 トレイルステーション神戸（トレコ） https://kobe-rokko.jp/toreko/

[解散] **15:00頃** **新神戸駅**

行 程

2/25（日）

トレコ>>城山周辺と市ケ原（講習）>>トレコ

※市が原にＷＣあり
※小雨決行

ここをクリック→ **お申込・問い合わせ**

急な雨や雪、雷、道迷い、予定通り下山できない、ケガ等登山中の予期せぬ場面を想定しながら対応策を学びます

~こんなおとな女子におすすめです~

- 登山初心者
- 登山はいつもソロか友達同士で行っている
- 非常時に活用できる登山装備を知りたい
- 手持ちの道具でしのぐ方法を知りたい
- ツェルトなど危急時装備を持っているが使ったことが無い
- 万一の時に使えるアプリの機能を知らない

体力度 軽等度

必携装備
- ハイキングシューズ
- ザック20-30L
- ストック
- スマホ
- レインウエア

歩行時間 / 距離 約４時間 ＋講習時間 6 km

基本装備

- インナーウエア
- ミッドレイヤー・長ズボン
- アウター・防寒具・帽子・手袋
- 行動食（昼食含む）
- 飲料（水やお湯1Lくらい）
- ヘッドランプ
- 健康保険証・財布・ティッシュ

☆装備不足の方も安心☆
当日トレコにて登山グッズレンタル可能！
各550円

- 登山靴（22.5~各サイズ）
- ザック 25L
- レインウエア上下
- ダブルストック

おとな女子登山部 関西地区スケジュール

■３月：入門登山　書写山

詳細は、決まり次第ホームページで更新中です。
最新情報はこちら→

装備のご準備はこちら
アウトドア総合通販サイト GsMALL

1. お申込み連絡web（QRコード）、メール、お電話、FAXの優先順で下記連絡先へお申込内容をお送り下さい。
2. 当社にて受付（申込内容確認、参加可否及び開催の可否等）を返信致します。
3. 受付返信の際　お振込みもしくは開催当日paypayにてお支払かお選びいただきます。
4. お振込みの場合は入金確認のご連絡返信を致します。paypayの場合は開催日当日ＱＲコード読み取りにてお支払ください。
5. 開催２,３日前に登録いただいたメールアドレスへ最終案内連絡を致します（天候等による最終確認、当日ガイドの連絡先等）

※当社規定の山岳保険を義務加入しており参加費に含まれています。
●傷害死亡・行方不明　50万円　●後遺障害　2～50万円　●傷害入院　２千円（１日）　●傷害手術２万円（入院）・１万円（通院）
●賠償責任１億円　●救援者費用100万円
※心筋梗塞、脳梗塞等、突然死は対象外となります

お申し込み内容

実施日		2023年度 おとな女子登山部員ですか？	はい ・ いいえ
（ふりがな） 氏名			性別 男 ・ 女
生年月日	年　月　日	会員番号	
ご住所	〒		
連絡先	ご自宅TEL	携帯TEL	Eメール
緊急連絡先	氏名　（続柄　）		TEL
今までに登った山	夏山	雪山	
ご加入保険名		※加入されている場合はご記入ください。	

お振込先

金融機関名	ゆうちょ銀行	三菱UFJ銀行
支店名	四三八（ヨンサンハチ）支店	芦屋支店
口座種類	普通	普通
口座番号	（記号 14300）　89611061	0191114
口座名義		カ）ナチュラルスタイル

お申し込み後の取消料について
お申込みのお客様は下記の取消料を支払って、講習契約を解除することができます。

お取消し日（開始日の前日より）	6～2日前	前日	当日
お取消し料	20%	50%	100%

＊山行当日に悪天中止はご返金、急病による不参加の場合は、次回山行へ繰越しすることができます。
＊最少催行人数に満たない場合は中止にする場合があります。また開催に可否については２日前に登録のメールアドレスへご連絡します。

個人情報の取り扱いについて
㈱ナチュラルスタイル 島田ガイド事務所（以下「当事務所」といいます）はガイド登山・講習申込の際に提出された申込書に記載された個人情報についてお客様との連絡の為に利用させていただくほか、お客様がお申し込み頂いた講習・ガイド登山においての手続きに必要な範囲で利用させていただきます。

お問い合わせ・お申し込み

主催　㈱ナチュラルスタイル　好日山荘おとな女子登山部係
〒659-0067　兵庫県芦屋市茶屋之町5-20-103
TEL:0797-26-6536 / FAX:0797-26-6565
naturalstyle.desk@gmail.com