

正しく学んで、楽しく登ろう！

好日山荘 登山学校

好日山荘登山学校 加藤校長×島田ガイド事務所 登山の世界が広がる！！「アイゼントレーニング」



経験豊富な日本山岳ガイド協会認定ガイドと正しく学んで、楽しく登ろう！ 催行人最大 10 人

冬ギアを体験して登山を安全に楽しみましょう。

～道具は持っているだけでは十分ではありません。～

第一回 2021/12/11 (土)	J R高島駅～岳山周辺岩場でトレーニング～ J R高島駅 アイゼンの装脱着・歩行の基本、ピッケルとのコンビネーション、初級岩場での登り下りなど 集合：J R高島駅 9 時 解散：J R高島駅 15 時頃 担当予定：山本一夫 G 加藤 G
第二回 2021/12/19 (日)	阪急芦屋川駅～高座滝～沢と岩場でトレーニング～風吹岩～高座滝～阪急芦屋川駅 アイゼンの装脱着・歩行の基本、ピッケルとのコンビネーション、初級岩場での登り下りなど 集合：阪急芦屋川駅 9 時 解散：阪急王子公園駅 15 時頃 担当予定：島田 G 加藤 G

講習費：¥ 10000 アイゼンレンタル：¥ 500 講習時間：5 時間程度

《ツアーのポイント》

- ★担当は加藤ガイドとなります。
- ★現地集合解散・日帰り企画です。
- ★アイゼンレンタルご希望は前日までに加藤まで。レンタル料 500 円は当日支払です。
- ★日本は世界有数の雪の国です。素晴らしいスノーワールドへのトビラを開けてみませんか。
- ★ステップアップして雪の北アルプスに行きましょう！
- ★初めての方にも安心！水分・栄養補給から歩き方まで丁寧に解説いたします。

登山内容へのご相談ご質問はいつでもOK！

加藤ガイド (tomotrek@gmail.com) 又は 090-7364-4252 へご相談ください。

好日山荘登山学校
机上講座のお申し込みは
こちらからご確認ください



基本装備 登山靴、靴下、肌着上下、中間着、オーバー上着、長ズボン、雨具、防寒着、手袋、帽子、防寒着、サングラス、日焼け止め、ゲイター、バックパック(20～30ℓ程度)、行動食(昼食含む)、飲料(水筒や魔法瓶 1ℓ前後)、ヘッドランプ、地図(地形図)、プレートコンパス、タオル、ティッシュ、健康保険証、ファーストエイドキット(絆創膏、テーピング、細引き、レスキューシート、ナイフ、笛、常備薬、筆記用具など最小限)、レッキングボール、虫よけスプレー、虫よけ網帽子(夏季) ザックカバー、インナーバック

必要に応じて ヘルメット、ピッケル、簡易ハーネス、安全環付きカラビナ 2 枚、スリング 60cm120cmスリング各 1 本、アイゼン