

# クライミング講習会

(5・7～5・10 のトップロープクライミング)

## 姫路御着岩

●12月16日(金) ●12月17日(土) ●2023年1月26日(木)

場所: 姫路・御着岩場

主催: 島田ガイド事務所

担当ガイド: 島田和昭

**【集合】JR 姫路別所駅 8:45(改札出口ひとつ)**

またはお車の方は8:50マックスバリュ姫路別所店 でお願ひします。

**【解散】JR 姫路別所駅 17時頃**

参加対象: クライミングを学びたい方(8名まで)

### **【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、サングラス、バックパック(30~40ℓ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、財布等貴重品、携帯電話、メガネの方は予備やコンタクト、ファーストエイドキット、常備薬、筆記用具など最小限

### **【安全装備・クライミング装備】**

クライミングシューズ・ヘルメット・クライミングハーネス(簡易ハーネス可)・安全環付きカラビナ(HMS)×2・スリング 120 cm×1・ビレイデバイス+安全環付きカラビナ

※あれば他カラビナ、スリング少々、チョークバッグ

**保険:** 主催者として損保ジャパン保険を皆様に加入しています。

死亡・後遺症障害 ￥500,000 入院保険金日額 ￥2,000

賠償責任 ￥100,000,000 救援者費用等 ￥1,000,000

\* 心筋梗塞、脳梗塞等、突然死は対象外となります。

**【費用】講習費¥12000 交通費¥500**

**支払:** 当日現金またはペイペイ支払