

机上登山教室

「知っておきたい山の気象」

天気予報やネットの情報だけで山の天気を判断していませんか？

晴れマークだから安心、雨マークだからダメ、と単純に考えていませんか？

気象の基礎や天気図の見方などを知って、生きている山の天気に対応して山登りを楽しみましょう！

日時／ 9/26(土) 午後3時～5時

内容／ ・天気図の見方 低気圧・高気圧 寒冷前線・温暖前線 など
・山の気象の基礎 気温 風 雨 雲 など
・気象に関わる体の症状 低体温症 熱中症 筋肉の痙攣 など
・気象に対処する服装 雨具 手袋 帽子 防寒着 など

場所／ ICI石井スポーツ盛岡店で ※問合申込は山の風へ

定員／ 7名(先着順) 受講料／ 500円 ●いつも和やかな講習です。お気軽にご参加ください。

登山ガイド派遣します！

1人で、友だちと、グループで、ご夫婦で、初心者同士で登山をしたいけどちょっと不安・・・
登山はしているけど、もっと楽な疲れのない登山をしたい・・・そんな時にご連絡ください！
登山に同行し、山の登り方や安全登山のコツを体験して頂きながら山をガイドします。

料金／ 1万円～3万円(山、人数によります) ※登山する人数で按分すれば、1人当たりの負担が軽減します。

山域／ 岩手県内、北東北の山 人数／ 1人～7人ぐらいまで 保険／ 山岳保険500円(1人)別途

予約／ 先着順(登山予定日、登る山、人数等をお知らせください)

★一度はガイド登山をご経験頂きたいワケ★

・疲れのない山の歩き方、休み方 ・岩場の通過の方法 ・段差や階段の上り下り ・危険察知や回避の仕方 など
・靴の履き方 ・ザックの背負い方 ・水分や食事の摂り方 ・地図の読み方 ・ストックに頼らない歩き方 など
山歩きの基本が覚えられます。一度、あるいは何度かガイド登山を体験し、ご自分の山歩きに活かして頂きたいのです。

