

岩場攻略 & 夜間行動 セミナー

2015 12.5 (土)

山には多くの魅力がある一方、遭難というリスクが潜んでいます。山岳地を駆けるトレイルランニングやロゲイニングでは、走力はもちろんのこと、登山の知識・技術を身につけてこそ、より安全に、そして積極的に楽しむことができます。今回のセミナーでは、岩場を安定して登下降する技術と日没後の行動について、奥武蔵・日和田山周辺のフィールドで実地に学びます。

主催 / スポーツエイド・ジャパン
講師 / 佐々木 亨 (山岳ライター)

〈岩場の安定した登下降と日没後の行動を体験講習〉

■概要
午前中は一般的な登山コースにある露岩やガレ場（岩石が積み重なった場所）を安全に通過するための歩き方を学びます。午後はツェルトやビバークシートなど緊急用具の使い方を講習。夕方からは各自ヘッドランプを装着して日和田山へ登り、日没後の行動を体験的に学びます。

■スケジュール
西武池袋線高麗駅前広場集合 10時30分（受付10時15分～）
11:00～14:00 日和田山男坂で岩場・ガレ場の歩行練習（途中で昼食）
14:30～16:30 ツェルトやビバークシートなど緊急用具の使い方を講習
16:30～18:00 日没後、日和田山頂上往復
18:00頃 下山後、とん汁で暖まりながら質疑応答
18:30頃 解散
※雨天実施（ただし状況によってはコースや講習時間を変更・短縮します）。

■講師プロフィール / 佐々木 亨(ささき・とある)1961年東京生まれ。1985年、編集プロダクションを設立。旅行・タウン情報、アウトドア分野を中心に雑誌・書籍・広告の制作を手がけ、近年は豊富な山岳取材経験を生かして登山・ハイキング教室の講師を務める。著書に『始める！山歩き』『学べる！山歩きの地図読み』『ヤマケイ・アルペンガイド八ヶ岳』『山麓から登る 世界文化遺産富士山』『首都圏1000kmトレイル① 奥武蔵・秩父354km』（いずれも山と溪谷社）などがある。公認ウォーキング指導員。埼玉県鶴ヶ島市在住。

■もちもの
飲料(1ℓ程度、保温水筒を推奨)・昼食・行動食は各自ご持参ください。トレイルランニングのシューズとウェアを中心に、ザック、雨具、防寒着、帽子・手袋、救急薬品類、ヘッドランプ(必携)、透明プレート付きコンパス(推奨機種/シルバーR3、シルバー7F、スントA10、スントA30)などを各自、ご用意ください。立ち止まって講習する時間がありますので、十分な防寒対策をお願いします(ダウンジャケットや携帯カイロ等)。

■募集人員 **20名** (講師のほかスタッフが同行) ※先着にて定員になり次第、締切りとさせていただきます。

■受講料 **3,800円** (資料代・傷害保険料等を含む)

■申込方法

- ①スポーツエイド・ジャパン公式サイト「エントリー」ページ(<http://sportsaid-japan.org/NEW/entry/>)から
- ②参加申込書に必要事項を記入のうえ、事務局まで郵送かFAX(049-298-7788)にて送付 ※①、②いずれかでお申し込みください。

■参加料の送金方法

- ◎郵便局の払込取扱票による郵便振替 / 口座記号番号 00100-3-666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン
- ◎銀行等、他の金融機関からの振込み / ゆうちょ銀行〇一九(ゼロイチキュー)店 当座0666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン
- ※〇一九(ゼロイチキュー)店は支店名一覧の「サ行・セ」のなかにあります。 申込書と参加料の受領をもって正式エントリーとします。

■申込み期限 11月25日(水)必着。※募集期間中での締切りの際はスポーツエイド・ジャパンのサイトでお知らせします。

■問い合わせ先 〒350-0455 埼玉県入間郡毛呂山町阿諏訪1221 スポーツエイド・ジャパン事務局
TEL 049-294-5603 080-5085-5603 FAX 049-298-7788
E-mail info@sportsaid-japan.org URL <http://sportsaid-japan.org/>

岩場攻略&夜間行動セミナー 2015 参加申込書

フリガナ 氏名	男	生年月日	年	月	日
	女	所属			
住所 〒	本人連絡先				
	緊急時連絡先				

誓約書

私は本セミナー参加にあたり、下記の項目について誓約します。

- ①セミナー中、いかなる事故が発生してもすべて自己責任とし、主催者には一切責任がないものとする、また家族からの異議申し立ても一切できないものとする。
- ②セミナー参加申込み後のキャンセルはできないものとする。
- ③年齢、性別等の虚偽の申告による参加はできないものとする。
- ④自然災害、事件、事故等によるセミナー中止の場合は、参加料の返金ができないものとする。
- ⑤セミナー中の映像、記事、記録等のテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属すること。

氏名

2015年 月 日 (未成年者は保護者氏名)

印