

# 2022年度 沢登り教室（初心者・初級者コース）

—受講生・募集！ 初心者大歓迎！—

—将来に繋がる知識や体力づくり、健康のために自己投資をしてみませんか？—

年間カリキュラムに従って、春から秋にかけて四季折々に変化する溪谷を、日帰りから1泊程度の遡行グレードとして1～2級程度の沢を安心、安全に遡行できる技術の習得を目指すとともに、沢登りを楽しみたいという多くの仲間との交流を深めることを目的とします。

- 入塾対象
  - ① これから沢登りを始めたい方
  - ② 沢登りの技術を身につけたい方
  - ③ 登山道の世界から一步踏み出してみたい方
  - ④ 同行してくれる経験者、仲間がいない方
  - ⑤ 山岳会に入って活動するのはちょっとと思っている方
  - ⑥ 源流釣を楽しむために沢登りの技術や知識を習得したい方
  
- 入塾資格
  - ① おおむね60歳までの沢登りを学び、初級の沢を自身の力で遡行できる技術や知識を習得したいという意欲のある沢登り初心者・初級者
  - ② 直近2年間で沢登りの経験が複数回ある65歳までの沢登りを学び、初級の沢を自身の力で遡行できる技術や知識を習得したいという意欲のある沢登り初級者
  - ③ 毎月1回の実技講習会に参加できる方
  
- 活動期間 2022年3月～11月の土日、休日
  
- 講習場所 関東、甲信越及び東北方面の沢
  
- 応募期限 2022年2月末日（定員になり次第締め切ります。）
  
- 募集人員 6人
  
- 授業料

月額	日帰り	<u>15,000円</u>
	1泊2日	<u>30,000円</u>
	(6月のみ)	

※6月は泊りの沢と日帰りの沢を組みます。泊りの沢の参加は希望者のみです。

※月額授業料とは、毎月1回の実技講習会に参加するための費用です。
  
- 入塾手続き
  - ① 入塾申込書、質問票に必要事項を記入の上、申し込みをして下さい。申込書が届き次第、入塾の可否を審査し、通知します。
  - ② 入塾審査は、沢登りの経験、登山経験、年齢、参加可能曜日等を考慮して行います。

## □ 講習について

沢登りの能力は色々な山域の沢を数多く遡行し、多くの経験を積み重ねることによって身につくものです。また沢登りは一般の登山とは異なり、山を総合的に知り、山と臨機応変に対応する力を要求されます。

沢登りは解説書を読んだだけでできるものではありません。基本技術を自然の中でいかに応用し、

活用していくかが必要とされます。そこで講習は実技講習のみとし、多くの沢を数多く遡行し、沢登りのための体力づくりと多くの経験を積んでもらうことを主眼に行ないます。最終的には初級程度の沢を自己の判断で、安心、安全に遡行できる技術の習得を目指します。

沢登りは危険な登山形態です。どんなに注意を払っても事故は起きるものですので、各自がその自己責任のもとに参加してください。

□ 補習について

沢登りの楽しみ方は人それぞれ異なります。遡行したい沢や登り方、年齢差による体力、技術の習熟度の違いなど、人それぞれ個人差があります。教室におけるグループでの講習では、全ての受講生が満足するような指導をするには限界があります。また、沢登りは総合力がなければ安心、安全には登れません。沢登りは経験値が必要とされる登山です。総合力は月1回の講習で身につくものではないので、月1回の正規の講習では足りない部分を補い、沢登りの総合力を身に付けるために補習授業を実施します。補習授業は、他の週の初心者・初級者コース講習を補習として受講します。

—募集要項を請求してください。—