2024年度沢登り教室（初級者コース）

―受講生・募集！―

―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渓谷を、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　沢登りの技術を身につけたい方
②　登山道の世界から一歩踏み出してみたい方
③　同行してくれる経験者、仲間がいない方
④　山岳会に入って活動するのはちょっとと思っている方

□ 入塾資格　①直近２年間で沢登りの経験が数回あるおおむね５０歳位までの沢登り初級者
②直近２年間で沢登りの経験が１０回以上ある５５歳未満の沢登り初級者
③①,②に該当し、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で、毎月１回以上の実技講習会に参加できる方。

□ 活動期間　２０２４年３月～１１月の土日、休日　９か月間

□ 応募期限　２０２４年２月末日（定員になり次第締め切ります。）

□ 募集人員　若干名

□ 授業料　月額　日帰り　１５，０００円

※月額授業料とは、毎月１回の必修実技講習会に参加するための費用です。ただし、塾生の都合により申し込みをされた月の必修実技講習会を欠席する場合は、当該月の授業料はお返ししませんので、ご承知おきください。
※月１回の授業として参加する必修実技講習会の他に、当該月の他の講習会に参加される場合は、月額授業料の他に、当該講習会に参加するための参加費が必要になります。
※山岳保険（山岳登はんに適用される保険）には必ず入っていただきます。
※ご自分で山岳保険に入っている場合は、ご自分の責任において、山行の都度、保険会社または所属山岳会に届け出をしていただき、保険が適用できるように手続きをして下さい。手続きを怠ったことにより山岳保険の適用がされなくても当塾は一切責任は負えません。

□ 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、参加可能回数、初級上のステップアップコース進級の有無等を考慮して行います。

□ 講習について
１．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。

2．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。また、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。

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。総合力を身につけるためには、できるだけ多くの山域の沢を数多く登り経験を積むことです。

初級者コースでは、沢登りの体力付けと初級の沢登りの技術の習得や総合力を身につけるための実技講習会を、月 1～２回程度参加できるようにセットします。

－募集要項を請求してください。－