

2023 中級ハイキング講座



兵庫勤労者山岳連
ハイキング教育部

山歩きの基礎知識・技術をある程度習得している山仲間を対象に行なう、山登りスキルアップ講座です



新しい仲間と楽しく学ぼう！

♪ 昔の知識で出ています～
——ではダメですよ！

講座内容の一部

コース定数・パルスオキシメータ・RICES処置・雷しゃがみ口すぼめ呼吸・クマ防御姿勢・サムリーディング・回復体位
ムカデ地図・湿潤治療・リスク&ハザード・隠れピーク
ナンバ歩き・クロスベアリング・サバイバル3の法則……

月2回か！ これなら会の山行にも行ける！

スライド映写やクイズ大会で楽しく学べる！

これは知らなかったなあ～！

受講資格 (労山会員は受講申し込みに所属会の承認が必要)

- ・登山地図・ガイドブック等に記載されているコース時間で歩行ができる程度の体力と経験があること。
- ・「山岳保険」に加入していること。
(労山会員は労山基金「3口」以上)
- ・メールの送受信ができること。

募集人員：10名

募集期間：4月5日～4月30日 (募集定員になり次第締め切ります)

受講料： 労山会員 10,000円
会員以外 13,000円

(実技の費用は別途必要となります)

カリキュラム表

座学3回・実技5回

(秋に行っていた「地図・コンパス講座」と合体！)

	日程	種類	場所	内容
①	6月03日(土)	座学	県連事務所(9～16時)	労山・装備・服装・読図(地図・コンパス)
②	6月17日(土)	実技	近郊の山(兵庫県)	歩き方・読図
③	7月01日(土)	座学	県連事務所(9～16時)	登山の生理学・危機管理・セルフレスキュー
④	7月08日(土)	実技	近郊の山(兵庫県)	応急手当・搬出
⑤	8月05日(土)	座学	県連事務所(9～16時)	山行計画書・リーダー論・難路の通過(岩・沢)
⑥	8月26日(土)	実技	近郊の山(兵庫県)	難路の通過(岩稜帯の通過)
⑦	9月09日(土)	実技	近郊の山(兵庫県)	難路の通過(沢歩きの実技)
⑧	9月15日(金) ～17日(日)	修了 山行	検討中	総復習 (金曜夜発。車中1泊/山小屋1泊)

*実技予備日 6月18日(日) 7月9日(日) 8月6日(日) 8月27日(日) 9月10日(日)

受講申込・問い合わせ

mailにて下記事務局まで。

*ハイキング教育部事務局

藤井 勉

mail: jr3cpe928@nifty.com

