

女性のための

# 山登り講座

## 講座概要

実施:2025年3月

資料代:3,000円(交通費は含みません)

定員:10名

## 机上講座

3月2日(日) 9:30~16:00

場所 神戸市中央区文化センター 会議室 10階 1003号室

持ち物 筆記用具、飲み物

講座内容 ・オリエンテーション ・歩き方 ・山でのマナー

・服装と装備 ・山での食料 ・山での応急手当

・読図、コンパスの使い方 ・山での天気

## 実技講座

3月22日(土)読図山行 予備日 3月23日(日)

3月29日(土)修了山行 予備日 3月30日(日)

\*集合場所、時間等は開講後にお知らせします



## 机上講座アクセス

神戸市中央区文化センター

TEL 078-381-7899

JR・阪急・阪神・地下鉄、三ノ宮駅

徒歩6分 神戸市役所西側

## 申し込み方法

メールアドレス:[josei@hougorousan.sakura.ne.jp](mailto:josei@hougorousan.sakura.ne.jp)

住所、氏名、生年月日(実技講座時の保険加入のため)、電話番号を明記ください

\*1週間たっても返信のない場合は、お手数ですが再度ご連絡をお願いします

締め切り:2025年2月16日(日)

問い合わせ先:岡本 裕子(090-6055-9792) ご質問等、お気軽に相談ください

主催 兵庫県勤労者山岳連盟 女性委員会

