

# ステップアップ講習会 ロッククライミング“入門”

2023年  
10月14日(土)～15日(日)

## 国立登山研修所

富山県中新川郡立山町千寿ヶ原

**定員** 20名  
**参加費** 一般 ¥9,000  
労山会員 ¥7,000  
※保険料込

**申込締切** 9月30日(土)

**申込** 石川労山 HP から申し込み  
各会県連理事へ申し込み



「初めてハーネスを付ける」というロッククライミングの初心者の方、  
クライミングジムなどで少し経験がある方、基礎をもう一度学びたい方、など、  
初心者～初級者を対象に、安全にロッククライミングを楽しむための  
基礎知識・基礎技術を学ぶ講習会を行います。

10 / 14 (土)	受付: 8:30～8:50 開講: 9:00	国立登山研修所(富山県立山町) 集合。 当日受付で参加費を徴収します。	
	<b>午前</b> ●教室での基礎学習 ロッククライミングの注意点、 道具類、基礎的なロープワーク、 等を学びます。	<b>午後</b> ●屋外人工壁で基礎実技 ロープワーク基礎 ロッククライミングの安全(基礎)	<b>夜</b> ●机上講習 ロープワーク復習 支点 トップロープ/リード注意点
15 (日)	<b>午前</b> ●岩場での実践練習 8:00 実習場所(雑穀谷)へ移動 12:00 閉会式	※注意 雨天時や講習の進み具合により、講習内容を変更する事があります。 講習は危険を伴いますので、必ず講師・スタッフの指示に従って下さい。	

**注意** ・新型コロナ対策  
開催日 3 日前の体調、体温申告に協力頂ける方。当日の検温に協力頂ける方に参加限定します。  
当日検温で 37.5℃の方は入場をお断りします。また、感染状況次第で講習会中止の可能性が有ります。

**持ち物** ・登攀具一式  
(ハーネス、ヘルメット、クライミングシューズ、安全環付カラビナ、カラビナ、シュリング、ビレイ器具)  
※登攀具を持っていない方には貸出をしますので、申込フォームに記載して下さい。  
・筆記具、内履き、昼食、水筒

**申込方法** 石川労山 HP (<https://iwaf.jp>) の申し込みフォーム、または県連理事を通じて申し込み下さい  
申し込み多数の場合は各会の申し込み状況から均等に振り分けます  
**申込締切は 9月30日(土)** ですが、定員に達し次第、募集を締め切ります。  
キャンセル時には、キャンセル料が発生する事がありますので、あらかじめご了承下さい。