

石井スポーツグループ登山学校 夏の特別企画

はじめての沢登り

興味はあるけど、なかなか機会に恵まれなかったあなた。自分には関係の無い世界だと思っていた方。沢登りは日本特有の登山スタイルで、暑いこの時期、水を浴びながら登っていくのはとても爽快です！水根沢は奥多摩における、沢登り入門ルートにして、泳ぎあり、滝登りも楽しめる所です。一度体験したら、やみつきに！

開催日 **2011年 7月23日(土)**

募集人数 **6人** (最小催行人数 **3人**)

講習料 **13,000円** (ガイド料・傷害保険料込み ※交通費は含みません)

集合・解散 **JR青梅線 奥多摩駅 改札前集合 AM 8:30集合**

解散は 同日16:30頃 奥多摩駅解散予定

※現地集合、現地解散です。集合場所までの交通費は各自負担となります。

交通プラン一例；立川駅発 07:15青梅線【青梅行】に乗車、青梅駅にて07:52発【奥多摩行】にお乗換えください。

【スケジュール】

**7月23日 AM8:30 奥多摩駅集合 ⇒ タクシー10分 ⇒水根沢キャンプ場 ~ 水根沢遡行~半円ノ滝~
水根沢林道~水根沢キャンプ場 ⇒ タクシー ⇒ 奥多摩駅解散 (予定遡行時間 6時間)**

※雨天の場合、大雨の直後、またはその他の状況によっては、安全のため、山行を中止、スケジュールを変更する場合があります。 ご了承のうえお申し込みください。

メインガイド

山本 篤 日本山岳ガイド協会認定登攀ガイド ジャパンアルパインガイドユニオン (JAGU) 所属
国立登山研修所講師 明治大学山岳部 OB 8000m峰7座登頂

アシスタント

天野 和明 石井スポーツ登山学校講師 国立登山研修所講師 明治大学山岳部OB 8000m峰6座登頂
石井スポーツ原宿店スタッフ 野外救命救急法 50時間修了 日本雪崩ネットワークレベル1修了

装備一覧

【沢登りギア】

- ハーネス レッグループ式もしくはボット式。(スワミベルトは不可)
※レンタルもあります。ご希望の方はご相談ください。
- ヘルメット 登山用のもの
※レンタルもあります。ご希望の方はご相談ください。
- カラビナ HMS 型安全環付カラビナ 2 枚、カラビナ 2 枚(ストレートゲート、ワイヤーゲートがお勧め)
- スリング ソウンスリング(60cm×1本、120cm×1本)
- 渓流シューズ フェルト底などのウェーディングシューズ
※レンタルもあります。ご希望の方はご相談ください。
- ソックス メリノウールなどの登山用で大丈夫ですが、帰り用の替えをお持ちください。
- ビレイデバイス ATC スポートなど細い径のロープにも対応できるチューブ型
※HMS 型の安全環付カラビナとセットでお持ちください。

※ギアのレンタルをご希望の方は、ハーネスはサイズ(XS、S、M、L)、シューズはセンチ(cm)をあわせてご記入いただき、手配の関係上**7月17日まで**にお申し込み下さい。

【一般登山用品】

- スニーカー アプローチシューズ・軽登山靴でも可(入渓点までや、行き帰り用。)
- ザック 25～35 リットル程度(余裕をもって装備が入るもの)。
- レインウェア ゴアテックスなどの防水透湿素材をお勧めします。
- ウェアー式 乾きの早い速乾性素材のものや、水抜けの良いポリプロピレンなど。
水に積極的に入ります、泳ぎます！ 濡れることを前提としたウェアリングで、基本的には長袖をお勧めします。
- 着替え一式 着替えは防水バック、ビニール袋などで 2 重以上に防水パッキングしてください！
- ヘッドランプ LED タイプをお勧めします。電池残量はしっかりと確認してきてください。
- 行動食 行動食(おにぎり、パンやチョコレート、お菓子類など)
- 飲み物 スポーツドリンクやお茶などを適量
- 予備ビニール 大きめの袋やジップロックなど各種数枚。携帯電話、カメラ、お財布も完全パッキングしてください！(故障した場合の責任は負いかねます)

お申し込み・お問合せ先

ICI石井スポーツ原宿店

TEL 03-6439-1511

本社営業部内登山学校デスク

FAX 03-5368-0285

登山学校 EARTH PLAZA

earthplaza@ici-sports.com

※お申し込みの場合は

【氏名(フリガナ)、生年月日、年齢、血液型、ご住所、ご本人様携帯電話番号、緊急時連絡先電話番号、緊急連絡先の方のお名前、続柄】を添えて、メールかFAXで**7月19日**までにお申し込みください。(ギアのレンタルをご希望のお客様は手配の都合上、7月17日までにお願います。また、先着順にお受けいたしますので、定員になり次第終了とさせていただきます。ご了承ください。)

※不明な点、装備に関するお問い合わせは石井スポーツ各店スタッフ、もしくは原宿店 天野までご連絡ください。