

石井スポーツグループ登山学校企画

# クライミング講習会

## 伊豆 城山(JYOYAMA)

クライミング経験者も初心者、初級者も楽しんで登ってみましょう！  
岩場歩きは一般登山においてもステップアップには欠かせない要素です。  
バランスの保持や重心移動など、槍・穂高や剣岳など岩稜帯ではかならず役立ちます。  
クライマーは冬になると温暖な伊豆に移動してきますが、伊豆城山は城ヶ崎とならんでその中心。  
眼下に大仁の町並みを見下ろしながらのクライミングは爽快のひとつことです！

開催日 **2011年 10月25日(火)**

講習料 **11,500円** (傷害保険料込・交通費は含みません)

集合・解散 **伊豆箱根鉄道駿豆線 大仁(おおひと)駅 改札前集合 AM 9:10**

解散は 同日16:00頃 大仁駅解散予定

※**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【東京駅 7:26 発こだま 635号(名古屋行) ⇒ 三島駅着 8:20

三島駅 8:31 発 伊豆箱根鉄道駿豆線(修善寺行) ⇒ 大仁駅 9:02 着】

【スケジュール】

18日 大仁駅 ⇒ 城山にてクライミン ⇒ 大仁駅(行動6時間)してフリークライミング

※安全のため、気象条件や参加者の習熟具合等により山行を中止、スケジュールを変更する場合があります。

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バル1修了

その他人数により石井スポーツスタッフを増員

## 装備一覧

### 【クライミングギア】

- ハーネス レッグループ式のもの ※レンタルもあります。ご希望の方はご相談ください。
- 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 4 枚（ストリート、ワイヤードがお勧め）
- スリング ソウンスリング（60cm×1 本、120cm×1 本）
- クライミングシューズ ※レンタルもあります。ご希望の方はご相談ください。
- 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  
※あれば HMS 型の安全環付カラビナとセットでお持ちください。
- ビレイグローブ 皮製のもの（無ければ綿の軍手でも可）。
- チョークバック 滑り止めにあると便利です

### 【一般登山用品】

- アプローチシューズ 岩場でも滑りにくいアプローチシューズ。もしくはスニーカー
- 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。
- ウェア一式 乾きの早い速乾性素材のものやメリノウールなど。基本的には長袖をお勧めします。  
グレンドなのでコットン製品でも大丈夫です。
- 防寒着 インナーダウンやビレイジャケット、プリマロフトなど化学繊維綿のジャケット。
- 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・飲み物 行動食（おにぎり、パンやチョコレート、お菓子類など）、飲料
- その他ご自身の必要に応じて着替えなど。

お申し込み・お問合せ先

ICI 石井スポーツ原宿店（担当；天野）

TEL 03-6439-1511

FAX 03-6439-1522

登山学校 EARTH PLAZA

[earthplaza@ici-sports.com](mailto: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、住所、ご本人様携帯電話番号、緊急時連絡先電話番号、血液型】を添えて、メールか FAX でお申し込みください。

※万が一の事故、ケガの場合は最善の対処をいたしますが、保障は加入保険の範囲内とさせていただきます。ご了承のうえお申し込みください。

※不明な点、装備に関するお問い合わせは、メールにて登山学校 EARTH PLAZA、もしくは原宿店 天野までご連絡ください。