

## 冬山講習会開催要項

### 初心者クラス 開催要項

**講習の目的**：冬山装備の知識、アイゼンのつけ方、アイゼン歩行、ストックまたはピッケルの使い方、ラッセル、ビーコンの使い方、雪山テント生活

### 別紙1 (2/2)

#### クラス1 講習会持参品 (講習内容により使用しない場合もあります)

品名	◎：必須、○：あれば持参
ピッケル、アイゼン(10本爪以上)、ヘルメット	◎
ヤッケ、オーバースポン、ロングスパッツ	◎
インナー手袋、手袋(ウール)、オーバー手袋、予備手袋、靴下予備、防寒着、帽子、目出帽	◎
ストック	○
食器、ガスコンロ、ボンベ、ポット(THERMOS等)、プラティパス(2L)、コンロ台、ライター	◎
テント冬用一式(個人テントの場合)、マット、シュラフ(3シーズン程度でOK)、シュラフカバー、テントシューズ(有れば)	◎
スコップ	○
雪崩ビーコン(デジタル式)、予備電池、ココヘリ	○
サングラスOrゴーグル、ヘッドラップ、予備電池	◎
ティッシュ、保険証、携帯電話、予備電池、筆記具、携帯トイレ	◎

#### (その他の留意点)

- ・食料については基本的に1日目夕、2日目朝は各自で用意。
- ・昼食は全て行動食とします。(予備食併せて合計3食用意ください)
- ・装備につきましては山岳連盟では貸出はおこないません。各自がレンタル等でご準備下さい。
- ・詳細は事前講習会でご質問ください。

## 別紙 2(1/2)

### 初級クラス 開催要項

講習の目的： 雪山での技術及び知識の確認、アイゼン歩行、ワカン歩行、ラッセル、ビーコンの使い方、雪洞作成（積雪の状況によります）、雪崩予測

参加要件： 雪山での歩行、ラッセル経験のある方

## 別紙 2(2/2)

### クラス 2 講習会持参品（講習内容により使用しない場合もあります）

品名	◎：必須、 ○：あれば持参
ピッケル、アイゼン(10本爪以上)、ワカン、ヘルメット	◎
ヤッケ、オーバースボン、ロングスパッツ	◎
インナー手袋、手袋(ウール)、オーバー手袋、予備手袋、靴下予備、防寒着、帽子、目出帽	◎
ストック	○
食器、ガスコンロ、ボンベ、ポット(THERMOS 等)、プラティパス(2L)、コンロ台、ライター	◎
テント冬用一式(個人テントの場合)、マット、シュラフ(3シーズン程度でOK)、シュラフカバー、テントシューズ(有れば)	◎
スコップ	◎
雪崩ビーコン(デジタル式)、予備電池、プローブ	◎
サングラス0rゴーグル、ヘッドラップ、予備電池	◎
ティッシュ、保険証、携帯電話、予備電池、筆記具、携帯トイレ	◎

- ・（他の留意点）
- ・食料については基本的には1日目夕、2日目朝は各自で用意願います。
- ・昼食は全て行動食とします。（予備食併せて3食ご用意ください）
- ・装備につきましては山岳連盟では貸出いたしません。 各自がレンタル等でご準備下さい。