

# 2026年度 岩登り講習会

パーソナル委員会

## 1 目的

岩登りを繰り返し練習することで、岩稜帯でのスムーズな歩行とバランス感覚を養うことが出来ます。

さらに、岩登り技術を学びたい方には、プルジックでの登下降・懸垂下降・二人で登る場合の確保技術等を予定しています。

## 2 講習内容：

最初2回程の講習：トップロープでの岩登りの練習・岩登り装備の説明・ロープの簡単な結び方

3回目以降は、トップロープでの岩登りの練習とプルジックでの懸垂下降

4回目以降は、トップロープでの岩登りの練習と確保技術・今までの岩登り技術を使用する岩登り

## 3 開催日

2026年 9月20日(日)・10月4日(日)・11月8日(日)・12月6日(日)

2027年 1月24日(日)・2月14日(日)・3月14日(日)

## 4 講習場所

いずれも大原 金毘羅の岩場

## 5 時間・場所

午前10時 ・ 大原 江文神社

## 6 装 備

ハーネス・ヘルメット・クライミングシューズ・その他のクライミングギアなどお持ちでしたら、持ってきてください。

昼食・水・防寒具・ヘッドライト

普段はいている登山靴でも良いです。

\*ハーネス・ヘルメットを持参出来ない方は、連絡願います。ある程度用意を致します。

## 7 参加者

各日5名から10名程度

## 8 参加申込、費用

申し込みは、「参加お申し込みフォーム」から。費用は各回2000円

## 9 テキスト

新・高みへのステップ(国立登山研究所指導者テキスト)登攀の基礎

## 10 スタッフ

日本スポーツ協会指導者及び登攀経験者

\*参加者で、山岳保険が岩登りに対応されていない方は、ご連絡ください。