

## 初めての山歩き講座 これから登山を始める方へ、安全な登山の楽しみ方

自然の中を歩く登山やハイキングは、様々な身体への好影響が得られると言われています。また最近では、新型コロナウイルス感染拡大で三密を避けられるレジャーとして注目され、登山を始める人が増えています。しかし、初心者や経験の浅いグループが軽装備で登山して遭難するケースも急増しています。

登山はご自身のレベルにあった山を選び、少しずつレベルアップしていくことが重要です。また、天候や季節、登る山域に合わせた道具選びもポイントになります。

「初めての山歩き講座」では、初めての方、初心者の方を対象に、登山に必要な準備から歩き方までわかりやすく解説していきます。ぜひこの機会に登山を始めてみませんか。

株式会社クローバートラベル JOTA アウトドア・マウンテン・トレーナー 山口 貴司

株式会社クローバートラベル営業時間

平日 9:00~17:00(土・日・祝休み、水曜臨時休業中)

### 会場案内

### 静岡県産業経済会館 3階 第2会議室

住所 〒420-0853 静岡市葵区追手町 44-1

交通アクセス JR 静岡駅より御幸町通りを北へ徒歩約 15 分、日赤前を過ぎてすぐ。

駐車場 なし（公共交通機関または会場周辺の有料駐車場をご利用ください）

