

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

第一回 2021年12月10日(金)18:15~20:30(18:00 受付開始) 受講料 1,000 円

会場: 静岡県産業経済会館 3階 第2会議室 定員 20名

1. どの山へ登ろう? 初心者向けの山選び 2. 道具の選び方「登山に必要なもの ウェア・雨具編」

第二回 2022年 1月14日(金)18:15~20:30(18:00 受付開始) 受講料 1,000 円

会場: 静岡県産業経済会館 3階 第2会議室 定員 20名

1. 道具の選び方「登山に必要なもの 登山靴・ザック編」 2. 山での食事と水分補給

第三回 2022年 2月 4日(金)18:15~20:30(18:00 受付開始) 受講料 1,000 円

会場: 静岡県産業経済会館 3階 第2会議室 定員 20名

1. 登山のための体づくりと歩き方 2. 登山アプリ YAMAP の使い方と活用法

第四回 2022年 2月19日(土)9:15~14:00 JR 由比駅集合(9:00 受付開始) 受講料 3,000 円

実践講座「駅から登山・浜石岳に登ってみよう!」 定員 20名 登山スタッフ 2名同行


1. バテない歩き方実践講座 2. 登山アプリ YAMAP を使ってみよう 3. ウォーミングアップとクールダウン
持ち物 歩きやすい服装、登山靴・ハイキングシューズ(スニーカー可)、飲み物、昼食

- ・ 第一回から第四回までの全ての講座にご参加いただいた方は、第四回の受講料が 2,000 円となります。クローバートラベル「ひまわり友の会」会員の方は会員割引がございます。お問い合わせください。
- ・ 各回定員になりしだい締切りとさせていただきます。(定員各回 20名) お早めにお申込みください。
- ・ 新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いいたします。(マスクの着用、検温、手指消毒、ソーシャルディスタンスの確保) 緊急事態宣言・まん延防止等重点措置が発出された場合には中止または延期となることがあります。
- ・ 会場は裏面地図をご覧ください。公共交通機関または周辺の有料駐車場をご利用ください。


お申込み・お問合せは **クローバートラベル 054-251-4681** までお願いいたします。

講師 山口 貴司 株式会社クローバートラベル所属
日本アウトドアトレーニング協会認定 アウトドア・マウンテン・トレーナー

主催 株式会社 **クローバートラベル** 静岡県静岡市葵区春日2丁目 11-8 054-251-4681

協力  一般社団法人 日本アウトドアトレーニング協会

 **YAMAP** 株式会社 ヤマップ

 ウォーキングステーション

KaiNani Paddle Sports カイナニパドルスポーツ