

令和5年8月20日

岳連会員各位
登山愛好者の皆様

宮崎県山岳・スポーツクライミング連盟
会長 松崎保忠

クライミング技術講習会（中級編）及びJ S P O認定更新研修の開催について（御案内）

クライミングに必要なロープワークの基本技術を身に付けている人を対象として、岩場でのクライミング実践を含むクライミング技術講習会を開催します。

つきましては、会員の皆様におかれましては積極的に御参加いただきますようお願いいたします。また、会員以外の方の参加も歓迎しますので、お知り合いの方などにも周知していただきますようお願いいたします。

記

1 日 時

令和5年9月17日（日）午前8時から午後3時まで
※午前7時50分までに集合してください。

2 場 所

双石山（宮崎市）
集合場所：双石山小谷登山口駐車場 ※集合場所地図は別紙のとおりです。

3 内 容

- ・クライミングに必要なロープワークの確認
- ・ビレイの確認
- ・懸垂下降の確認
- ・クライミング実践

4 講 師

日本スポーツ協会公認スポーツ指導員(山岳)

5 持参する物

ヘルメット、クライミングシューズ、ハーネス、確保器（ATC）、セルフビレイコード（又はPAS）、その他クライミングに必要なもの

※装備のない方は、主催者で用意しますので、申込時にお知らせください。

※セルフビレイコードの作り方 <https://www.youtube.com/watch?v=k9Xos1bMgDg>

6 参加料

岳連会員 ￥1,500円 非会員 ￥3,000円

7 募集人員

10人程度

8 申込先・期限

- (1) 申込先
宮崎県山岳・スポーツクライミング連盟事務局 木下
電 話 090-6299-4603
E-mail kazuyuki.kino@gmail.com

- (2) 申込期限
令和5年9月12日（火）

9 その他

- (1) 天候不良のときは、中止又は内容を変更して実施します。その際は前日までにお知らせします。
- (2) 参加者は必ず山岳保険（傷害保険）に加入してください。傷害保険の加入を希望される方は、別途保険料400円が必要です。
- (3) 昼食等は各自で御用意ください。

集合場所 双石山 小谷登山口

集合時間 令和5年9月17日(日) 7時50分



Google Maps



セルフビレイコードの作り方 (YouTube)

