

2026登攀入門講習会ロッククライミングセミナー

受講生募集

「ロッククライミング」をやってみたいけれどどうすればいいのか分からず、以前セミナーを受講したことがあるけれど、もっとレベルアップを図りたい、そんな方々向けのセミナーを下記の通り実施致します。

[セミナー内容]

- ・座学（装備、技術、安全）、
- ・実技（装備使用方法、トップロープ登攀、マルチピッチ登攀、懸垂下降など）



[日 程] ※日程、実技場所は天候、その他都合により変更になる場合があります。

[対 象 者] 原則 60 歳まで

日程	座学／実技場所
3月 10 日（火）夜 19 時～21 時	座学 山岳会事務所（西宮）
3月 20 日（金・祝）	実技 1 蓬萊峡
4月 4 日（土）	実技 2 不動岩／百丈岩
4月 11 日（土）	ビレイ講習 なんば D ボル
4月 12 日（日）	実技 3 不動岩／堡壘岩
4月 19 日（日）	実技 4 百丈岩
5月 10 日（日）	実技 5 堡壘岩
5月 16 日（土）／17 日（日）※予備日	修了山行 雪彦山地蔵東稜

※雨天時は、なんば D ボルダリングで室内トレーニングを行います。

※4月 11 日のビレイ講習日に好天の場合は外岩に変更。

ビレイ講習は、実技予定日の雨天時に行います。

[クライミング装備について]

受講に際し、下記の装備が最低限必要となります。座学「装備」において詳しい説明を行います。装備の購入は座学終了後で結構です。

ヘルメット、クライミングシューズ、ハーネス、パーソナルアンカー（PAS）、確保器（ガイド付き ATC ほか）、安全環付カラビナ 3 個、カラビナ 5 個（スリング用×4、ビレイグローブ用×1）、スリング 120 cm・60 cm（各 2 本）、ブルージック用スリング 1 本、ビレイ用グローブ

受講料：10,000 円（会員価格）

募集人員：3 名程度（応募多数の場合は選考あり）

申込方法：下記の申込フォームよりお申込みください。

<https://forms.gle/15prGh8pddkKYEZD9>



申込条件：西宮山岳会会員

座学、実技の全日程に参加できること。

新入会員講習会受講済みの方、または 2/8 (日) の同講習会を受講する方が対象。

翌年はスタッフとしてお手伝いいただきます。

問合せ先：hugcomet0203@triton.ocn.ne.jp （坂東里美）

申込締切：2026 年 1 月 31 日

※定員超過の場合、選考となる可能性があります。

注 意：山行中の怪我や事故については、出来る範囲の応急処置は致しますが、その後の責任は一切負いかねますのでご了承下さい。