



森と人とのまんなかに
ながはま森林マッチングセンター
Nagahama Forest and Mountain Village Resource Center

2021.11.21 SUN
9:00-17:30

賤ヶ岳で学ぶ
山の歩き方講習会



理論がわかれば山の歩き方が変わる！

日頃、あまり客観視することのない「歩き方」。しかし山での身体のトラブルや疲労の多くは、歩き方の密接に結びついています。今回の講習会では低山として人気のある賤ヶ岳を舞台に歩き方を理解し見つめ直し、疲れにくい・トラブルを防ぐ歩行技術を学びます。

〔日時〕2021年11月21日（日）9:00 集合 17:30 終了予定 小雨決行・荒天中止

〔集合場所〕賤ヶ岳リフト駐車場 長浜市木之本町大音

〔内容〕賤ヶ岳往復を歩きながら山の歩き方についてじっくり学びます。
動画撮影により下山後にはフォームチェックもおこないます。

〔持ち物〕飲み物・昼食・敷物・防寒具・雨具・あればポール

〔服装〕山登りができる動きやすい服装でお越しください。

〔参加費〕3,000円〔定員〕8名



野中 径隆（のなか みちたか）さん

かながわ山岳ガイド協会所属、日本山岳ガイド協会認定登山ガイド・ステージⅡ。個人ガイド事務所「Nature Guide LIS」代表。日本各地でガイドツアーや「山の歩き方講習会」を開催。著書に「Q&Aでわかる山の快適歩行術」（山と溪谷社）

お問い合わせ・ご予約はこちらまで

ながはま森林マッチングセンター

電話 0749-82-5070 FAX 0749-82-5080

E-mail nagahama-forest@eos.ocn.ne.jp

HP からもお申込みできます。



申込フォーム