

# スノーシュー技術講習会 [2022] その1 登山編

主催 日本スノーシューイング連盟

## 募集要項

### 主 旨

スノーシューはワカンと異なる多目的な道具！バインディングが上下に角度回転する素晴らしい機能を使いこなすには技術理論を知らなくてはなりません。クランポンの扱いが鍵となるスノーシューの技術を学び、キックステップやテール滑りなど山岳での様々な使い方を練習します。スノーシューのラッセルはフラットフットングではありません。角度回転の構造ですからワカンと同じやり方では疲れるだけで理にかなっていません。  
\* 雪山登山の講習ではありません。

### 対 象

これからスノーシューを始める人。既に競技、登山、自然観察、ウォーキングなどの雪上活動でスノーシューを使っておられる人。

これからスノーシューを始める人は最初から正しい技術を身につけましょう。既にスノーシューを使っている人にとっては自己流による思い込みや勘違いを払拭する良い機会になると思います。より速く、より効率的に雪上活動ができます。

- ・開催日：2022年1月9日(日)；日帰り
- ・集 合：朝8時20分上越新幹線越後湯沢駅改札
- ・集合方法：東京駅発7:00とき303号8:10着(直前要確認)
- ・募集人数：10名(申込者5名未満の場合は中止)
- ・募集締切：2021年12月30日
- ・参加費：8,000円(交通費・スノーシューレンタル料は含みません。各自別途負担)
- ・レンタル：スノーシューのレンタル2000円(先着5名まで)
- ・講 師：水上宏一郎(日本スノーシューイング連盟 専務理事・技術指導部長)
- ・緊急連絡：水上090-3048-6133(当日のみ電源ON)
- ・保 険：保険については各自でお手配下さい。通常の雪山登山では年間保険に加入している人が多く、今回も同様に考えています。

### スケジュール

- 08:20~08:50 着替えなどの準備・移動
- 08:50~09:50 駅構内でレクチャー・移動
- 09:50~11:50 山裾の雪中でレクチャー
- 11:50~12:30 食事休憩
- 12:30~15:00 登山・雪上で技術確認・質疑応答
- 15:00~15:30 移動・現地(越後湯沢駅)解散

### 装 備

・通常雪山登山用装備を御用意下さい。ただし、ワカン+アイゼンの代わりにスノーシューを使います。ピッケルとストックはどちらでも良いし、無くてもよいです。踵の方に爪が付いているスノーシューはスキーとしての機能(スライディング)が損なわれるので、今回は使用しないでください。サングラス・ヘッドランプ・

水筒 は必携。

・ウェアの簡素化：雪山登山用ウェアを次のように簡素化して良いです。①雪山用ヤッケ及びオーバーズボン→夏山用カッパ上下 ②目出帽→不要 ③雪山用帽子→街の冬帽子 ④雪山用登山靴→防水性能がある靴なら何でもよい ⑤雪山用スパッツ→雪中から足を引き抜く時に靴内に雪が入らない程度のスパッツ ⑥オーバー手袋→防水性能があれば簡単なものでも良い。

### コース等

- ・コース：越後湯沢駅周辺の山岳
- ・越後湯沢駅から徒歩圏の裏山でレクチャー
- ・天候その他により近場での講習会に切り替える場合があります。ホワイトアウト等の恐れがあれば、途中で中止する事もあります。また、個人の技量・装備を勘案し、危険と判断した場合は別メニューにするかも知れません。安全第一を旨とする結果ですので御協力下さい。これらの場合でも参加費の返却は致しません。
- ・駅の構内で着替えし、使わない荷物はコインロッカーに保管します。

### お申込/お支払

- ① 下記の参加申込書に参加費、レンタル料を添えて現金書留で下記連盟事務局へ送付。
- ② 連盟ホームページ上の申込フォームから《推奨》下記事務局へ申込み、申込時に上記費用をクレジットカード決済するか、申込後に金融機関3営業日以内に振込。  
振込先 りそな銀行 府中中河原支店 普通預金口座 1168418 『日本スノーシューイング連盟』

申込の際、雪山経験がある方は内容についてお知らせ願います。(当方が安全判断をする為です。) また、スノーシューをお持ちの方は種類をお知らせ下さい。(当方が、今回の講習会に不適切でないかを判断する為です。)

### キャンセル

- ・送金料は返金額から差し引かせて載せます。
- 1ヶ月前まで…全額返金します。
- 2週間前まで…合計金額の50%を返金します。
- 3日前まで…合計金額の30%を返金します。
- 前日、当日および無連絡…返金いたしません。

### 事務局/お問い合わせ先

日本スノーシューイング連盟  
〒791-8016 松山市久万台594-3  
TEL 050-3659-5855 FAX 089-925-6388  
連盟 Web サイト www.chikyunetwork.org  
E-mail contact@chikyunetwork.org  
講師 E-mail: k-mizukami@fujigo.co.jp

切り取り線

## スノーシュー技術講習会 [2022] 参加申込書 (1人1枚でお書き下さい)

(カガカ) 氏名	性別 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	生年月日 19 年 月 日	代表者(カガカ) 代表者氏名
〒 - 住所			
自宅電話 ( ) -		FAX ( ) -	
携帯電話 ( ) -		E-Mail	
貸スノーシュー (2,000円) <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要		スノーシューをお持ちの方はその種類(製造元名) :	
参加料 (8,000円) 払込合計額		円	
雪山経験(山名・時期・状況・装備) —— 当方が安全確認出来る範囲で結構です :			