

2024年

初心者のための

# ロック クライミング 教室

座学

3月6日(水)19時～21時

神戸市長田区文化センター

実技3回 9時から16時頃

3月24日(日) 神戸登山研修所

3月31日(日) 妙号岩 神戸市北区

4月7日(日) 蓬莱峡 西宮市北部

## 神戸勤労者山岳会



定員：十数名（先着順）

対象：60才以下の社会人 ※他会入会の方はご遠慮願います

受講料：6,000円（座学+実技3回分）

締切：2024年2月25日(日)

申込：当会ホームページの応募フォームよりお申込み下さい

座学では安全対策、装備、システムなどを学びます。  
実技は安全なトップロープクライミングで行います。まずは人工壁にトライし、実技2回目からは自然の岩場で、クライミングやビレイ、懸垂下降を体験しましょう。

