

2023年スタート 岩稜シリーズ カリキュラムと参加条件

■カリキュラム

～日帰り回～

- 第1回 兜山(ステップ①)
- 第2回 西上州・鋤柄山(ステップ①)
- 第3回 日和田山(ステップ④)
- 第4回 皆野アルプス(ステップ③)
- 第5回 秩父・四阿屋山(ステップ②)
- 第6回 釈迦ヶ岳(ステップ②)
- 第7回 鹿沼岩山(ステップ②)
- 補講回 三ヶ岳(ステップ②)
- 第9回 ストーンマジック(ステップ④)

～宿泊回～

- 第8回 物見岩と虫倉山 2日間(ステップ③④)
- 第10回 ハヶ岳・赤岳～真教寺尾根 2日間(ステップ⑤)

～本番回～

- 本番回① 奥穂高岳 4日間
- 本番回② 槍ヶ岳 4日間

<上達への5ステップ！>

- ステップ①鎖場の掛け替えの装備と装着、掛け替えの仕方
- ステップ②岩場の歩き方、足の置き方
- ステップ③体カトレーニングステップ
- ステップ④岩の登り方、下り方
- ステップ⑤本番を想定した宿泊登山

■本番回(奥穂高岳・槍ヶ岳)参加条件

- ・日帰り回に4回以上のご参加
- ① 第1回～第3回のうち1回必須
- ② 第8回を除く第4回～10回のうち3回(日和田山・ストーンマジックのいずれかを1回以上含む)
- ・宿泊回1回以上のご参加

岩稜アドバンスシリーズカリキュラムと参加条件

■カリキュラム

練習回① 秩父・伊豆ヶ岳 日帰り

練習回② 小川山 日帰り

本番回 表銀座・槍ヶ岳3日間

■参加条件

◆アドバンス参加条件

①2022年秋または2023年秋スタートの岩稜シリーズに参加履歴のある方

②第2回日和田山または第8回ストーンマジックにご参加の方

◆本番回への参加条件

アドバンス練習回1回以上と、岩稜シリーズ宿泊回に1回以上の参加