令和8年度　積雪期登山基礎講習会　日程表(予定)

	1月29日(金)	1月30日(土)	1月31日(日)	
5			起床【入山中】 ・朝食自炊	
6		起床【山野】 朝食【山野】	朝食【入山中】	6
7		移動【山野→講習場所】 班別講習【入山中】 周辺山域(大品山方面) ・歩行訓練 ・ナヴィゲーション技術 ・積雪観測 ・雪崩サーチ＆レスキュー ・幕営、生活技術、ビバーク ・搬送　等	班別講習【入山中】 周辺山域(大品山方面) ・歩行訓練 ・ナヴィゲーション技術 ・積雪観測 ・雪崩サーチ＆レスキュー ・幕営、生活技術、ビバーク ・搬送　等	7
8	受付【山野】 (本部打合せ7:30～) オリエンテーション【山野】 (講師打合せ8:00～)			8
9	開会式【山野】			9
10	講義【山野】 「冬山の気象」 「積雪と雪崩」	**積雪のある周辺山域へ入山して実技講習・幕営を行います。** (※荒天の場合は、研修所敷地内において、各自のビバークサイトを構築し、状況に応じてビバーク訓練を実施します。) ※シュラフ・ツェルト・マット・その他防寒具、個人用食器などは各自で用意してください。 ※1日目夕食・2日目朝食の食材は、登山研修所で準備します。(アルファ化米・レトルト等簡単なもの) ※足りない方や、入山中の行動食、1月31日の昼食は、各自で用意してください。 ※その他不明な点は、登山研修所へお問合せください。		10
11	班別講習【山野】 ・顔合わせ、自己紹介 ・登山のプランニング ・ルート・計画 ・エスケープルート、サブプラン ・リスクマネジメント		下山 移動【講習場所→登山研】 片付け【登山研】 ・共同装備の点検 ・共同装備のメンテナンス ・共同装備の返却	11
12	移動【山野→登山研】 ・集合写真撮影			12
13	昼食(班別)【登山研食堂】 *弁当配布		昼食(班別)【登山研】 *弁当配布	13
14	全体講習【登山研】 ・積雪調査講習		班別講習【登山研】 ・登山の振り返り ・評価(Check)と改善(Act) (講師打合せ14:00～)	14
15	班別講習【登山研】 ・個人装備の確認 ・アイゼン、ワカン等の装着練習 ・共同装備の貸出 ・パッキング	・幕営、ビバークサイトの構築 ・雪上生活技術 ・夕食自炊	諸連絡【登山研】 ・アンケート回答等 閉会式【登山研】 ※自動車利用者送迎(登山研→山野) ※富山地方鉄道立山駅発15:33	15
16				16
17	移動【登山研→山野】	夕食【入山中】 ・講習第2日目の確認 ・翌日の講習内容の確認		17
18	入浴【山野】 (講師打合せ17:30～)			18
19	夕食【山野】	(講師ミーティング　18:30～)		19
20	班別講習【山野】 ・講習第1日目の振り返り ・翌日の準備　等	就寝【入山中】		20
21	就寝【山野】 22:00までに消灯			21