



## 高所登山を知り尽くした山岳ガイドが、 登山中の水分とエネルギーの補給法を教えます！

### 机上講座

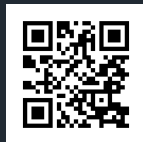
日時：2019年3月13日（水）19:00～21:00

場所：日本勤労者山岳連盟事務所

住所：〒162-0814 東京都新宿区新小川町5-24

参加費：無料、どなたでも参加いただけます

詳細・お申込み



### 実技講座

日時：2019年3月16日（土）

場所：奥多摩・高水三山

参加費：3,000円

参加資格：登山保険加入者、定員20名

<https://goalp.com/>

### <講師プロフィール>



安村 淳

1946年生まれ。16歳から山歩きを、20歳から岩登りを始め、以後岩登りを中心に国内外で登山活動を行う。ヒマラヤのエベレスト8848M、チョーオユー8201M、シュシャパンマ8014Mを始め、マッターホルン、デナリ、アコンカグアなど世界各地の山に登る。韓国の仁寿峰（インスボン）には25年以上毎年通い、岩と雪、山と溪谷、岳人などの雑誌でその魅力とルートを紹介し、韓国国立公園管理公団より感謝碑を受ける。

30年間山岳ガイドとして活動をしていたが、2018年3月に日本山岳ガイド協会を退会し、ガイドを引退、現在は安全登山の普及活動を進めている。

主催/日本登山インストラクターズ協会  
協力/ショッツジャパン、GoALP 協賛/jRO



問い合わせ：mgorilla@ma.ejnet.ne.jp（マウンティンゴリラ登山学校 安村淳）