

## **6月18日(土)**

### **三浦アルプストレッキング(9:00~16:00)**

#### **参加費 1,000円(レンタルポール・保険代が含まれます)**

集合9:00 JR 逗子駅 または 9:20 長柄バス停

121 アドバイザーの小日向さん(カリスマ登山ガイド)の教えで三浦アルプスのワンデールトレッキングに出かけ、以下のスキルを身につけます。(お弁当持参・雨天決行)

- ① 天候判断が出来るようになる。
- ② 地図が読めるようになる(地形図を読み、コンパスの使い方を学習します)。
- ③ 自然観察が出来るようになる(どうしてそこにその植物が存在するのかを知られば、自然を理解できるし、自然を好きになれます)。
- ④ いざという時にリスクマネジメントが出来る(もしケガをしても、道路まで皆で運べれば遭難にはならない)。
- ⑤ ポールを使って登りはゆっくり、下りは安全な歩き方をマスターすれば、平地より運動効果も高く楽しくトレッキングができます(ポールの使い方を覚えます)。

#### **小日向孝夫コーチプロフィール(逗子市桜山在住)**

長くアウトドア活動全般にかかわり、登山、スキー、キャンプ、自然観察活動に詳しく、我が国のエコツーリズムの発展に大きく寄与されています。現在も自然学校のアドバイザーや日本海洋記者クラブ代表幹事、逗子市逗子小地区市民防災会会長、逗子ヨット協会理事、逗子ビーチクラブメンバーなど積極的に活動されています。また、日本山岳ガイド協会認定ガイド、中学・高校社会科教師免許、SAJ 全日本スキー連盟 1 級、1 級小型船舶免許、アマチュア無線免許、大型二輪免許なども保有。趣味は読書、ヨット、オートバイ、登山、スキーなど。

## **6月19日(日) (教室1回分としてご参加いただけます)**

### **横浜 上郷・森の家 里山源氏ホテル鑑賞ハイキング(15:00~19:00 予定)**

#### **参加費 1,000円(レンタルポール・保険代が含まれます)**

121 集合14:00 現地集合14:45

6月中旬の夕暮れ時に源氏ホテルがにぎやかに飛び舞う瀬上池周辺の里山をハイキングします。ひと時の初夏の風物詩を楽しんだあとは森の家で休憩、バーデゾーンでひと風呂浴びるのもいいです。

詳しくは TERRACE STUDIO 121 スタッフまで!