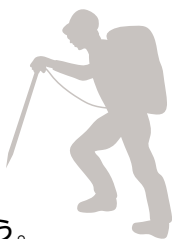


ここで紹介するいくつかのポイントを押さえて、安全に山登りを楽しみましょう！

- ・場所や標高、難易度はどれくらいか？
山の全体像を把握しましょう。
- ・予定している登山ルート、下山ルートは？
地図上で登山道を確認しよう。
- ・何日の予定で、一日の行動予定時間は？
当日の具体的な行動予定をイメージしよう。



作成した計画書は、山域を所管する警察所や、家族や親しい知人へ提出することが重要です。



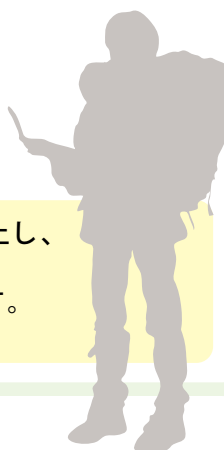
計画書のフォーマットを作っておくと毎回作成する手間が省けるので便利。書式例はインターネット上で検索すれば調べることができます。

[illegible]

- ・ 現在地の把握や、目的地までの距離を確認してペース配分にも使います。防水紙の地図を持っていきましょう。



山に登ることで体力は向上し、
判断力なども高まります。
経験の積み重ねが重要です。
良い記録を残しましょう。



THINK GLOBALLY
KENKOSYA 株式会社 ケンコー社

本社 〒531-0072 大阪市北区豊崎1丁目3番11号
TEL 06-6374-2788 / FAX 06-6374-2256
email info@kenkosya.com

東京営業所 〒179-0081 東京都練馬区北町 6-21-8
TEL 03-3559-5991 / FAX 03-3559-5818

ケンコー社ホームページ www.kenkosya.com



- 掲載の価格は税込価格で表示しております。
- このカタログに記載されている商品の仕様、デザイン、価格等は、予告なく変更する場合があります。
- 諸般の事情により価格改定することもあります。
- 商品の写真は印刷物のため実際のカラーとは若干異なる場合があります。