

# ネパールヒマラヤ勉強会

## ～トレッキングからライトエクスペディションまで～

この勉強会はネパールヒマラヤに興味のある方を対象に、7月から来年3月まで二月に一回、合計5回にわたり、ネパールヒマラヤの魅力・文化を紹介するとともに渡航の方法、日程の組み方、現地での行動方法などを具体的に学んでいただき、皆さんの憧れ・夢のヒマラヤが身近な存在となり、近い将来実践することを目的とした勉強会です。多くの皆さんの参加を募ります。

- 開催日時 ) 7月より隔月第二木曜日 PM7:00～8:30  
場 所 ) 駿河区小鹿 静岡市健康文化交流間「来・て・こ」  
主 催 ) 静岡市山岳連盟 海外委員会  
対 象 ) いつかネパールヒマラヤへ行きたいと思っている方 山岳連盟加盟否かは問いません  
参加費 ) 無料  
申し込み ) 6月末日までに山岳連盟事務局までお願いします

### 勉強会日程

第1回 7月12日

ネパールヒマラヤの魅力・文化  
ヒマラヤ温暖化の現状 ランタン谷廻りの報告

第2回 9月13日

日程の組み方・渡航の方法  
現地での宿泊・観光・雇用

第3回 11月8日

トレッキングの体力・ライトエクスペディションの体力  
持ち物の準備・心の準備・体の準備

第4回 1月10日

高度障害について  
ヒマラヤを楽しむ歩き方

最終回 3月14日

カトマンズでの楽しみ方・お土産  
いざヒマラヤへ



申 込 書 FAX 054-246-7538

住 所	
氏 名	
所属山岳会 (所属していれば)	
連絡先 (携帯 アドレス等)	