平成31(2019)年度登山リーダー夏山研修会日程表(予定)

	8月24日(土)	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	
	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	
5			起 床	基礎研修②	総合研修	危急時対策研修	5
6			朝 食 食堂	各コース共通 ・剱沢周辺 ・別山岩場 ・剱御前の稜線 等	縦走研修コース ・剱岳北方稜線 ・立山縦走 ・大日岳縦走 等	・救出計画 ・搬送技術 ・応急処置	6
7		6:00起 床 清掃・美化活動 立山駅前・所内	トラックへ荷物積み込み(6:20) 玄関前集合(6:40) 立山駅(7:00発) ケーブル 美女平 バス 室堂	縦走研修コース ・剱岳北方稜線 ・立山縦走 ・大日岳縦走 等	登はん基礎コース ・平蔵谷 ・長次郎谷 ・本峰南壁 ・源次郎尾根 ・八ッ峰6峰周辺 等	剱沢～室堂の下山コースを班毎に計画したルートで下山	7
8		朝 食 食堂 研修準備 講義 トレーニング室 「確保理論」 講師:未定 7:45～8:30(45分)	＊高所順応のため 1時間程度室堂 周辺で出発準備 及び入山ルートの 打ち合わせ	登はん基礎コース ・平蔵谷 ・長次郎谷 ・本峰南壁 ・源次郎尾根 ・八ッ峰6峰周辺 等	登はんコース ・八ッ峰6峰周辺 ・源次郎尾根周辺 ・チンネ周辺 等		8
9		班別研修 登はん技術 ・ロープ操作の基礎技術 ・支点の構築 ・確保技術 ・固定ロープ ・懸垂下降	基礎研修① ナビゲーション技術 ・読図とナビゲーション	登はんコース ・八ッ峰6峰周辺 ・源次郎尾根周辺 ・チンネ周辺 等	＊班の総合的な力量により講師の指導のもとルートを選択する。		9
10			歩行技術 ・状況判断 ・ルート選択 ・ロープワーク ・チームでの行動	＊班の総合的な力量により講師の指導のもと研修ルートを選択する。また、ルートによっては、この日から幕営若しくはビバークを伴う研修を行う。	歩行技術 ・状況判断 ・ルート選択 ・ロープワーク ・チームでの行動	室 堂 室堂(11:20発) 高原バス 美女平(12:20発) 立山ケーブル 立山駅12:27着	10
11			登山の医学 ・高所順応と高山病の理解		登はん技術 ・支点の構築 ・確保技術 ・固定ロープ ・懸垂下降	玄関前集合(12:40) 装備の整理・乾燥 入浴 昼食(班別)弁当配布	11
12		昼 食(班別)弁当配布	生活技術 ・テント設営等 ・天気図作成 ・食事つくり ＊入山中の全日程を通じて研修する。	歩行技術 ・状況判断 ・ルート選択 ・ロープワーク ・チームでの行動	帰 幕	班別研修 研修会総括	12
13				登はん技術 ・支点の構築 ・確保技術 ・固定ロープ ・懸垂下降		諸連絡・清掃 講師打ち合わせ会 (15:00～)	13
14	受付 事務室前 14:40～オリエンテーション			帰 幕		閉会式(15:45～16:00)	14
15	講義室					解散	15
16	開会式 講義室 写真撮影・概念図テスト 講義 講義室 講師:未定 「PDCAサイクルに基づいた登山」			生活技術 ・テント設営等 ・天気図作成 ・食事つくり	生活技術 ・テント設営等 ・天気図作成 ・食事つくり		16
17	班別研修(所内) 登山計画と準備 登山計画 行動計画 研修場所の概念把握 ルート選択 登山の準備 食糧計画 個人・共同装備の確認	ガス・α米販売 無線機等の配布(装備庫) 入山準備 (所内) ＊入山食準備 ＊装備点検					17
18	※食糧注文票は19:30までに五十嵐商店へ。		夕 食	夕 食	夕 食		18
19	夕食準備 夕 食 (講師打ち合わせ会19:15～)	夕食準備 夕 食 (講師打ち合わせ会19:15～) 入 浴	班別協議 研修第3日目の 振り返り (講師打合せ会)	班別協議 研修第4日目の 振り返り (講師打合せ会)	班別協議 研修第5日目の 振り返り (講師打合せ会)		19
20	班別研修(所内) 研修について考える 研修第1日目の振返り	問 診 研修生の健康状態の確認 班別協議 (所内各室) 研修第2日目の振り返り 入山準備					20
21							21
	就 寝(宿泊室) 22:30までに消灯	就 寝(宿泊室) 22:30までに消灯	就 寝 テント泊	就 寝 テント泊またはビバーク	就 寝 テント泊またはビバーク		