

はじめての山登り教室

in 森吉山

1回目 9月17日(水) 10:00～11:00

日時

2回目 9月24日(水) 9:30～12:00

3回目 10月1日(水) 9:00～12:00

4回目 10月8日(水) 7:30～17:00

(予備日 10月10日(金))

定員

20名

参加料

3,500円

(ゴンドラ料別途 2,000円)

講師

藤田弘子氏、藤田勝彦氏

講習の流れ

1回目

説明／山登りの基本

集合場所：能代市総合体育館
オリエンテーション・道具説明・注意事項説明

2回目

実践／歩き方・体力づくり

「きみまち阪」

集合場所：道の駅ふたつ

3回目

実践／歩き方・体力づくり

「七座山（展望台まで）」

集合場所：道の駅ふたつ

4回目

登山／森吉山

集合場所：能代市総合体育館
(森吉山まではバスで移動します)



申込締切は

9/12(金)
まで

申し込み、お問い合わせは
NPO法人能代市スポーツ協会
【NODENアリーナ（能代市総合体育館）
☎54-3607】まで

令和7年度 はじめての山登り教室 in 森吉山

令和7年 月 日

ふりがな		年 齢	連絡先	
氏 名		歳	自宅	— —
			携帯	— —
住 所	〒 — 能代市			