

年2回発行

スタッフ、クラブメンバーを「しっかり」と結びつけるクラブ・AGの会報誌

第22号

2010年3月10日発行

たいとろーぷ

★★★★ Tight Rope ★★★★★

初めてのことにチャレンジする。これは立派なあなただけの冒険です。

初めての海外旅行。初めての国へ。初めての高度へ。初めて雪山へ。初めてのBCへ。

人にはそれぞれの「初めて・・・」があります。AGスタッフは、皆さんの「初めて・・・」が有意義で楽しいものになるよう、私たちの経験を生かしたいと思っています。「楽しく・やさしく・安全に」をモットーにきめ細かいサポートで皆さんの「冒険」をお手伝い致します。皆さんと「一緒に感動する」ことを目標に頑張っています。

無料机上講座

予約不要。直接会場にお越し下さい。

「憧れの高所登山にチャレンジ」

キリマンジャロから、6000m峰、
そして公募登山隊を目指して

4月12日(火) 19:00~21:00

世界の高所登山を目指すための講演会。夏山・低山中心の活動をしている方、アイゼン未経験の方が、初歩の登山からスタートしてステップを踏みながら5,000m峰、雪山登山、6000m峰、そしていつかは8000m峰を目指すための心構え、トレーニング、装備等について解説。キリマンジャロ、ネパール・アンデスの6000m峰、チョモランマ、南極などの公募登山隊のスライドも上映します。

「ヨーロッパアルプス名峰登頂」

モンブラン・マッターホルンを目指して

4月14日(木) 19:00~21:00

アルプス最高峰モンブラン、天を突き刺すピラミッドのような山容で「いつかは頂に立ちたい」マッターホルン、アルプス登山史に燦然と輝くアイガーなど・・・。アルプス名峰登頂を目指す人のための講演会。山岳ガイドと登ることを前提に、それぞれのルートへの解説、登頂に必要な技術、国内でのトレーニング、装備、現地までの旅の技術等に関し詳しく解説します。モンブラン、マッターホルンのルートのスライドも上映します。



場所：文京区役所内
文京シビックセンタースカイホール

東京都文京区春日1-16-21 文京区役所26階
地下鉄 丸の内・南北線後楽園駅 5番出口隣接

特別企画 AGボランティア・エコツアー

「世界自然遺産・知床岬海岸清掃と 羅臼湖ハイキング」

2011年6月10日(金)~13日(月)4日間

参加費用：¥125,000.

世界自然遺産に2005年に登録された知床。人がほとんど足を踏み入れていない大自然が広がる知床の山々。流水が色々な生物を運んでくる豊かな海。山と海が連続して作る生態系は世界的に見ても非常に貴重性なもので、これが認められ世界自然遺産に登録されました。



現在、基本的には知床岬に上陸することができませんが、今回は現地のNPO法人と協力して知床岬の自然を守るため、知床岬に船で上陸して、海岸周辺に打ち寄せたゴミの清掃活動をするのと同時に、行き帰りの船でホエールウォッチングをしながら、知床の豊かな海を体感します。また、知床五湖散策、羅臼湖ハイキングを通して、知床の山々を歩き、雄大な自然も体感します。素晴らしい自然を肌で感じながらその貴重性を学び、自然環境の大切さ、そしてその保護活動の必要性を改めて認識するボランティアエコツアーです。

- 日程 1：羽田～女満別空港～知床五湖～羅臼
- 2：羅臼～ホエールウォッチング～知床岬～羅臼
- 3：羅臼～羅臼湖ハイキング～羅臼
- 4：羅臼～阿寒湖・摩周湖散策～女満別空港～羽田

*天候等によって、2日目と3日目の日程を入れ替える場合があります。

名古屋・大阪地区 無料机上講座

* 入場無料・予約不要。直接会場にお越し下さい。

「ヨーロッパアルプスの名峰と憧れの高所登山にチャレンジ」

皆様の強いご要望にお応えして、大阪・名古屋地区の机上講座を開催。AGスタッフが伺いしてアルプス名峰、そして世界の高所登山を目指すための講習会を開催します。アイゼン未経験者が、ステップを踏みながら5,000m峰、雪山登山、6000m峰、そしていつかは8000m峰を目指すための心構え、トレーニング、装備等について解説します。キリマンジャロ、ネパール・アンデスの6000m峰、チョモランマ、南極などの公募登山隊のライドも上映します。

「大阪」 4/22(金) 19:00~20:30

阿倍野市民学習センター 第4会議室

大阪市阿倍野区阿倍野筋3-10-1-300

あべのベルタ3階

地下鉄谷町線「阿倍野」駅
7号出口すぐ

JR・地下鉄御堂筋線
天王寺駅 徒歩8分

入場無料・予約不要
直接会場にお越し下さい。



「名古屋」 4/25(月) 19:00~20:30

名古屋公会堂 第4集会室

名古屋市昭和区鶴舞1-1-3

地下鉄鶴舞線「鶴舞」駅
4番出口 徒歩2分

JR中央本線「鶴舞」駅
公園口 徒歩2分

入場無料・予約不要
直接会場にお越し下さい。



お楽しみイベント情報

* お申込手続きが必要です。

「春のお花見大会・飯田橋編」

4月1日(金) 19:00~

飯田橋周辺お堀の土手 会費 ¥3,000.

この時期のAGといえばなんといっても恒例のエンドレスお花見です。飯田橋から市ヶ谷にかけてお堀の土手の遊歩道は、桜並木が続く、お花見のメッカ。満開の桜の下でアウトドアの専門家としての意地で、他では体験できない花見をお約束します。お堀沿いにずらっと並んでいるお花見グループ。その中で、ひときわ明るいエリアがAGチームです。土手で一番目立っている場所が目印です。さて、今年の桜の開花予想は如何に?? 既に咲いているのか、この日まで桜は残っているのか。花見の時期外は土手での宴会ができませんので...。居酒屋でのただの飲み会にならないことを祈りつつ、今年も4月前半に設定。



「岩登り体験会 & バーベキュー」

6月5日(日)

会費 ¥3,000.

場所: 湯河原 幕岩を予定

なかなか最初の一步が踏み出せない岩登り。ちょっと怖いけど体験してみたいという方、是非ともお集まり下さい。山岳ガイドが初歩の初歩からご案内します。



シューズは運動靴、トレッキングシューズなど何でもOK。クライミングシューズもできる限り用意しますので、サイズが合えばチャレンジして下さい。ハーネス等の登攀具は全てレンタルします。ちょっとした「スリル」を体験してみませんか。そして、岩登りを体験した後は、バーベキュー班が昼食をご用意。楽しく、美味しく岩登りの世界を体験しましょう。

「登山のためのテーピング講習会」

4/19(火) ・ 6/16(木)

19:00~20:30 AGオフィスにて 参加費 ¥1,500.

登山、ハイキング、スキー、スノーボード中に、突然のケガなどで関節を痛めてしまうことがよくあります。また、ひざなどが慢性的に痛い方で、長いコースが歩けないという話もよく聞きます。そういった突然のアクシデントや日々の関節の問題に対処するために、テーピング技術が有効です。しかしながら、テーピングテープは持っていても、正しい使い方を知らない人が多いのが現状です。転ばぬ先の杖ではありませんが、テーピングの正しい講習を受けませんか。テーピングを教材として用意。終了後は、自分の装備として使って下さい。



「山道具研究会」 * 要予約、参加無料

5/11(水) 6/14(火) 9/8(木)

各回とも 昼の部 15:00 夜の部 18:00

都内山道具店 (場所は参加者にご連絡します。)

「たくさんある山道具、何を選んで良いかわからない」「買ったけど使いこなせない」「新しい機能を試してみたい」そんな声にお答えするために、山道具店の店先を借り山岳ガイドが登山者の立場に立って、実際に品物を手に取りながら、長所、短所のポイントを解説。山道具店といっても、何も購入する必要はありません。見学だけでOKです。希望があればもちろん購入も可能ですが...

これらのイベントには予約が必要です。事務局までご連絡下さい。イベントの約1週間前に詳細をハガキかメールでご案内致します。

つきいち 無料机上講座

*お申込手続きが必要です。

近藤謙司とAGガイドチームが贈る、無料つきいち机上講座シリーズ。山歩き、バックカントリー、アウトドアの基本を、毎月色々なテーマで優しく・楽しくご案内します。どなたでも、お気軽にご参加下さい。(人数が定員を越えた場合は抽選とさせていただきます。)

場所: アドベンチャーガイズ オフィス
(JR 飯田橋駅 徒歩5分)

時間: 19:00から 1時間半 定員: 9名

第1回 4月13日(水)「山道具の選び方 その②」

正しいウェアの選び方 レイヤリングの基本

第2回 5月12日(木)「初めての高山登山」

高山病のメカニズムと高山順応のポイント

第3回 6月15日(水)「山での応急処置」
山で怪我をした場合のセルフレスキューと応急処置について

第4回 7月05日(火)「初めてのロープの結び方」
基本的な5つの結び方を覚えさせます。

第5回 8月31日(水)「地図の読み方 その①」
初めての地図読みとコンパスの基本

第6回 9月28日(水)「山での緊急搬出」
もし山でケガをしたら。搬出方法の基本を講習します。

第7回 10月18日(火)「地図の読み方 その②」
地図とコンパスを使って道程表を作る

お申込者が定員を越えた場合は抽選とさせていただきます。講座開催日の10日前に抽選をして、ご案内のメール、ハガキをお送り致します。

つきいち ワンコイン実践講座

*お申込手続きが必要です。

近藤謙司とAGガイドチームの「無料つきいち机上講座シリーズ」の実践編。東京近郊の山で実際に山歩きを楽しみながら、山登り、アウトドアの基本を学びます。毎月色々なテーマを設定して優しく・楽しく講習します。どなたでも、参加可能です。

参加費用 各回 ¥500.

*講習に対応した保険にお入り下さい。申込者に別途ご案内します。

第1回 「初めてのアイゼン歩行」

4月10日(日) 水上周辺 10:00 水上駅集合予定
アイゼンを使って雪の上を歩いて見ます。

第2回 「初めての岩登りとロープワーク」

6月12日(日) 日和田山 10:00 高麗駅集合予定
机上で覚えた5つの結び方を実践で使ってみます。簡単な岩登りにもチャレンジ。もちろん初めての方も大歓迎です。

第3回 「高山登山シミュレーション」

8月28日(日) 関東周辺 10:00 *後日ご案内します。
東京近郊の山で、ペース配分、休憩の取り方など、高山登山をシミュレーションしながら登ります。

第4回 「地図とコンパスの使い方」

9月11日(日) 箱根駒ヶ岳 10:00 早雲山駅集合予定
地図とコンパスを実際に使いながら、山座同定、ルートファインディングをしながら、簡単なハイキングを楽しみます。

第5回 「山での緊急搬出シミュレーション」

10月16日(日) 高尾山 10:00 高尾山口集合予定
山で怪我をした場合のセルフレスキューを講習します。シミュレーションをしながら搬出方法等も学びます。

AG News

アドベンチャーガイズ ニュース

NPO法人サラマンドフの会が発足しました

「地球の歩き方」と「AG」がコラボレーションで続けている海外ボランティアツアーシリーズ「ケニア・野生動物自然環境保護ツアー」の参加者がついに100人をこえました。

このツアーは、TBSテレビ情熱大陸でも紹介された、アフリカ象研究者の中村千秋さんを講師に迎え、ケニアの本当の自然と人間による自然環境破壊の深刻さを理解するとともに、環境保護と地域住民との関わり合いの重要性を感じ、実効性のある自然環境保護の重要性を再認識する内容充実のツアーで、参加者から絶大な評価を頂いております。

このツアー中に、ケニアの大自然の素晴らしさを体験して、この自然を守るために行動を起こしたいという参加者が多数います。しかしながら、日本に帰国してしまうと、なかなか実行に移すことが出来ないのが現状でした。その参加者の熱い気持ちを実現させるために、中村さんを中心に、日本での活動の拠点を作るために参加者の有志でNPO法人を立ち上げることにしました。予算が

まったくない状態からのスタートでしたが、AGオフィスを事務所として間借りし、ボランティアの頑張りや、昨年の11月に都庁から承認があり、NPO法人として産声を上げました。ささやかですが、これから活動を始めていきます。

アフリカの自然、ボランティア活動に興味のある方は、ぜひとも一緒に活動しましょう。詳しくは、以下のサイトにアクセスして下さい。また、時間がなく活動は出来ないけど会をサポートしたいという方は、是非、法人の会員になって下さい。皆さんから頂いた貴重な会費を現地での活動資金として、有意義に使わせて頂きます。

入会案内のチラシがございますので、ご請求下さい。

<http://www.salamandovu.org>



AGエベレスト公募登山隊2011がWOWOWのドキュメンタリーに登場します。

2011年のエベレスト公募登山隊に、WOWOWのドキュメンタリー班が同行。隊長の近藤謙司を中心に、参加者の人間ドラマ、出発までの準備、現地でのチャレンジをドキュメンタリーでお伝えします。AGの公募登山隊の内容を詳しく皆さんに知って頂ける機会になると思います。是非、公募登山隊を応援して頂くと共に、番組もお楽しみに!!



「放映予定」

(仮題) エベレスト登れます。冒険案内人 近藤謙司
7月11日(月)前編、7月18日(月)後編 各1時間

また、今年のエベレスト公募登山隊と同行するツアーも設定しました。出発が迫っていますか、まだ、間に合います。興味のある方お問い合わせください。もちろんドキュメンタリー映像に登場頂くことになると思います。公募登山隊と一緒に冒険の世界を垣間見てみませんか?



2011年 エベレスト公募登山隊と行く特別ツアー

エベレスト公募登山隊と一緒にヒマラヤの世界を満喫する企画。公募隊を応援すると共に、一緒に高山順応活動しながら登山やトレッキングを楽しみます。

アイランドピーク(6189m)登頂 4/11発 24日間
カラバタールとエベレストBCトレッキング 4/11発 19日間

登山のためのヨガ教室

*お申込手続きが必要です。

AG準スタッフ 西村志津が「岳人」に連載中の「登山者のためのヨガ」。実際にAGで受けてみませんか。

ヨガとは、「つながる」という意味があります。体、心、呼吸、自然、私たちは、全てつながっています。ヨガのポーズを行なうことによって、体全体の筋肉を整え、歪みを修正することができ、内臓も刺激するので、体の中からクレンジングし、健康を増進する効果があります。呼吸も意識して行いますので、脳を活性化し日常のストレスから開放され、深いリラクスキの後、活力を得ることができます。

さらにAGらしく、登山、スキーヤー、ボーダー、クライマーのために必要なバランスと柔軟性、筋力のアップ、心身の安定につながるプログラムをご用意しました。毎回、簡単なセルフマッサージもご紹介します！ヨガを通して自分自身を見つめ直す時間を作り、ありのままの自分を知り、よりよい生活を手にしてみませんか？体が開けば、心が自由になります。ぜひこの感覚を味わいにきてください！！

5/11(水)・6/7(火)・9/15(木)

19:00~20:30 AGオフィスにて 参加費 ¥1,500.

「インフォメーション」

*ヨガウェア(動きやすい服装)、ヨガマット、タオル、お水をご持参ください。(ヨガマットをお持ちでない方は大きめのバスタオルでもかまいません。)また、開始2時間前からは食事を控えて下さい。



「インストラクター」 西村志津

元AGスタッフで、今はAGツアーリーダーとして世界を歩きながらヨガインストラクターの資格を取る。過去の経験から登山に適したヨガを紹介している。現在、登山専門誌「岳人」に「登山者のためのヨガ」を連載中。

登山者のためのヨガ 実践講座

高尾山 ヨガ&ハイキング

5月22日(日) 参加費 ¥4,000.

ミシュランガイドブックで3つ星に選ばれてから人気急上昇中の高尾山。外国人も多くインターナショナルな雰囲気漂います。東京からの絶好のアクセスでありながら、雄大な自然が残されているエリアです。今回は、ヨガインストラ

クターの西村志津とAGスタッフの案内で、実際に高尾山でのハイキングを楽しみながら、登山者のためのストレッチングはもちろん、大自然の中でヨガを体験してみる欲張りな企画。都会の喧騒を離れ、癒しの山歩きを楽しんでみませんか。登山後は、地元の美味しい料理を満喫しましょう。



たいとろーぷ特別販売

「たわし髭の大蔵」が、オーガニック専門食のネット販売で、野菜販売中です。

AGのご意見番で、椎名誠率いる、怪しい探検隊の登山隊長でもある大蔵喜福が、野菜の通信販売を始めました。アウトドアでの食文化を追求した怪しい探検隊のメンバーらしく、大蔵が健康的で、安全で、そして美味しい、オーガニック野菜を探し出しました。季節に合わせて、旬の色々な野菜をお届けします！！ぜひとも、大蔵お勧めの美味しい野菜で、鍋やバーベキューを楽しんで見ませんか。詳しくは、以下のサイトにアクセスして下さい。



ネットショップ 自然食
www.shizenshoku.jp



「スノーボードチューナップを特別価格で提供」

そろそろ滑りモノのシーズンも終わりが近づいています。オフの板の手入れのご案内です。BURTONの関東代理店「ニューポート」でチューナップを担当していた「じゃけん」こと中井徹氏がスノーボードチューナップ専門店『TUNE UP FACTORY』を主催しています。この度クラブ・AGの会員に対してチューナップを引き受けてくれることになりました。！！プロのボーダーもご用達のスペシャルチューナップで今シーズンもキメて下さい。料金も、もちろん特別価格！ぜひぜひお問い合わせを。



チューナップコースプライス例 ●スタンダードチューン...7000円 ●ベースワックス加工...4000円
●ニューボードチューン...3000円 他コース、オプションも多数あります。詳細はお問い合わせください。

特別キャンペーン実施します。

4/20~5/31、8/1~9/30の間にオーダー頂いた方は、上記金額より20%OFFです。この機会をご利用下さい。

お申込み・お問合せ...

株式会社アドベンチャーガイドズ

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋4-5-4山和ビル3階

TEL: 03-5215-2155

FAX: 03-3288-3211

e-mail info@adventure-guides.co.jp

Home Page http://www.adventure-guides.co.jp

旅行企画・実施 (株)アドベンチャーガイドズ 観光庁長官登録旅行業第1713号 日本旅行業協会(JATA)正会員

