

## つきいち ワンコイン実践講座 \*お申込手続きが必要です。

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。

- 第1回 「初めてのアイゼン歩行」  
5月10日(日) 水上周辺 10:00 水上駅集合予定  
アイゼン未経験の方へ。雪山挑戦の第一歩です。  
アイゼンを使って雪の上を歩いてみます。
- 第2回 「初めての岩登りとロープワーク」  
6月28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 「高所登山シミュレーション」  
8月23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、高所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27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18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スレスキューを講習します。  
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。

## 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ガイドチームがご案内する机上講座シリーズ。山歩き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。

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 定員: 9名

- 第1回 4月15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21日(木) 「山での応急処置」  
山で怪我をした場合の応急処置を講習します。

- 第3回 6月10日(水) 「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4回 7月30日(木) 「初めての高所登山」  
高山病のメカニズムと高所順応のポイント
- 第5回 8月26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16日(水) 「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
- 第7回 10月06日(火) 「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。

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。

## たいとろーぷ特別販売

### アドベンチャーガイズ オリジナルBUFF販売中

AG設立5周年記念ではTシャツと日本手ぬぐい、10周年記念でもTシャツを作りました。15周年は趣向を凝らしTシャツ以外のものということで、AGらしく山で使えるGoodsでBUFFを作りました。帽子、ネックウォーマー、バラクラバなど、色々な用途に使えます。また、夏山、冬山、バックカントリーを問わず、どんな山行にも使えます。もちろんデザインは、AGオリジナル。色は、水色、カーキ色の2種類。洗い替えを含めて、2色購入する方も。値段は¥2,500。(内税)。通販も可能。送料は¥210。になります。2枚以上のオーダーは送料をサービス。トータルで200枚の限定販売。まだ、若干残っています。早い者勝ちです。電話、メールにてお早めにお申込下さい!!



### 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代理店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、たいとろーぷ読者の板のチューナップを引き受けてくれています。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。料金は、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 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。

## お申込み・お問合せ... 株式会社アドベンチャーガイズ

〒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

年2回発行

スタッフとみなさまを「しっかり」と結びつける、AGからのインフォメーション

# たいとろーぷ

## ★★★ Tight Rope ★★★

第32号  
2015年3月1日発行

## 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、「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8000m峰を目指して

4月7日(火) 19:00~21:00

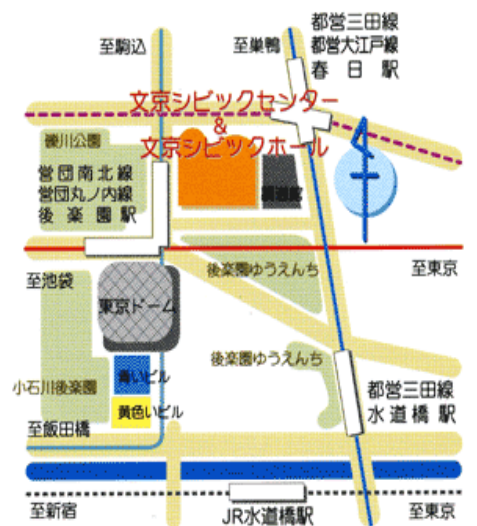
世界の高所登山を目指すための講演会。夏山・低山中心の活動をしている方、アイゼン未経験の方が、初歩の登山からスタートしてステップを踏みながら5000m峰、雪山登山、6000m峰、そしていつかは8000m峰を目指すための心構え、トレーニング、装備等について解説。キリマンジャロ、ネパール・アンデスの6000m峰、チョモランマ、南極などの公募登山隊のスライドも上映。

### ヨーロッパアルプス名峰登頂を目指して

モンブラン・マッターホルン・アイガーに登る

4月14日(火) 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  
地下鉄 三田線・大江戸線 春日駅 5番出口隣接  
JR水道橋駅 徒歩9分

## AGボランティア・エコツアー \*今年もやります!

### 富士山登山と清掃ボランティア

2015年9月5日(土)~6日(日)2日間

参加費用: ¥32,000。(参加費の一部をゴミ処理費用に充当します。)



日本の最高峰、富士山。古来より日本の象徴とされ、誰もが一度は登ってみたい山です。夏の富士山は難しい登山技術が必要なく、誰でも登れる印象がありますが、標高が高く、高山病の危険性があり、この高山病対策が登山のポイントとなります。

このツアーでは、高所登山に詳しい山岳ガイドが同行して、高山病対策を考えながら登るので、初心者でも安心して参加できます。また、富士山は登山ばかりが目立りますが、山麓には素晴らしい自然環境が残っています。しかしながら不法投棄などで、この自然が壊されているのが現状です。今回は現地NPO法人「富士山クラブ」と協力して富士山周辺の自然を守るため、青木ヶ原樹海周辺の清掃活動も行います。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】集合予定: 新宿駅 7:30 解散予定: 新宿駅 19:00

- 1: 新宿~河口湖~青木ヶ原樹海~5合目~7合目山小屋
- 2: 7合目山小屋~富士山頂~5合目~フジ眺望の湯~新宿



# 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。

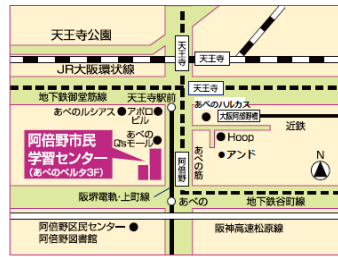
## 「ヨーロッパアルプスの名峰」と「憧れの高所登山」にチャレンジ

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5000m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、チヨモランマ、南極などの公募登山隊のライドも上映します。

**大阪会場** 4/3(金) 19:00~20:30 **名古屋会場** 4/16(木) 19:00~20:30

**阿部野市民学習センター 3階 第1研修室**  
大阪市阿倍野区阿倍野筋3-1-10-1-300

**名古屋市公会堂 3階 第4集会室**  
名古屋市昭和区鶴舞1-1-3



あべのベルタ3階  
地下鉄「阿倍野」駅  
7号出口すぐ  
JR・地下鉄「天王寺」駅  
徒歩8分



地下鉄「鶴舞」駅  
4番出口 徒歩2分  
JR「鶴舞」駅  
公園口 徒歩2分

# 2015年 AGおすすめツアー

## AG エベレスト公募登山隊 応援ツアー

この4月、AGのエベレスト公募登山隊が出発します。この登山隊と一緒にヒマラヤを楽しむツアーを設定。一つは公募隊の高所順応活動で登る6000m峰ロプチェ・ピークと一緒に登頂して、その後エベレストBCまで同行するツアー。もう一つは、エベレストの絶好の展望台カラパタールに登って、その後にBCに滞在するツアー。通常は一般トレッカーが滞在できないエベレストBCは、登山隊を訪ねる形であれば滞在可能。世界の登山隊が集まる国際的なベースキャンプの雰囲気は、このツアーでしか体験できません。また、日程の短いエベレスト展望の10日間のショートツアーも設定しました。



**ロプチェ・ピーク登頂とエベレストBC23日間** 4/9~5/1 23日間 ¥675,000.  
**カラパタールとエベレストBC19日間** 4/9~4/27 19日間 ¥498,000.  
**エベレスト遠望トレッキング10日間** 4/9~4/18 10日間 ¥325,000.

## AGカラコルム7000m峰公募登山隊

カラコルム山脈。ヒマラヤ西部、パキスタン、中国、インド国境付近に位置し、世界第2位K2をはじめ、5つの8000m峰がそびえ立ちます。AGではこの夏、カラコルムの7000m峰にチャレンジする登山隊を企画。7000m峰として最も登りやすいといわれるスパンティークへ。技術的にはあまり難しい雪稜の登攀でチャレンジが可能。個性的で迫力のある山々が、聳えるカラコルムの壮大な景色の中で登山を楽しんでみませんか？



スパンティーク登頂31日間 6月2日発 ¥1,695,000.

## 今井通子さんと行く ドイツ・ザクセンスイスとチェコ・カルコノシェ国立公園 11日間

AGのご意見番の医師で登山家である今井通子さんと行くハイキングシリーズ。今年は、ドイツ北西部のドレスデン近郊にあるザクセンスイス。低山ですが迫力ある景色が楽しめます。その後は、チェコのカルコノシェ国立公園へ。シェネツガ(1620m)の山頂から歩きます。登山後はプラハの町の観光も行います。ドイツ・チェコの両方が楽しめる欲張りなツアーです。



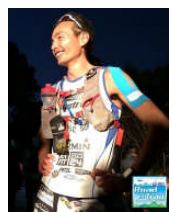
7月15日(水)出発 ¥505,000.

## 奥宮俊祐さんと行く AG UTMBツアー 2015

2015年8月。フランスアルプスの中心地・シャモニを中心として、ウルトラトレイル・デュ・モンブラン(UTMB)が開催されます。レースの舞台、シャモニはアルプス最高峰、「アルプスの女王」と形容されるモンブランに抱かれた、アルプスを代表するリゾート。このシャモニを中心に、モンブランの雄大な景色の中で行われるのが、ウルトラトレイル・デュ・モンブランです。このツアーには、トレイルランナーの奥宮俊祐さんが同行。試走、ウォーミングアップなどを一緒にを行います。また、前日のワンポイントアドバイスも実施。一流ランナーの大会前の準備を体験することもできます。また、大会に出場する選手を応援する、同行者プランも設定。のんびりとハイキングを楽しみながら、選手を応援できるツアーです。



**奥宮俊祐**  
中学・高校・大学と陸上部で長距離を続ける。大学(東海大)では、箱根駅伝を目指すのが、選手にならず、挫折を経験する。大学卒業後、25歳の時に心臓に感じていた違和感の原因が不整脈と判り、手術を受け完全回復。快適に走れる喜びを初めて味わい、走りの楽しさを再確認。その年、初めて日本山岳耐久レース(ハセツネ)を走り、3位入賞。



# お楽しみイベント情報

\*お申込手続きが必要です。

## 登山のためのテーピング講習会

6月16日(火)・9月10日(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場合がよくあります。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は、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、自分の装備として利用して下さい。



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可能。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。

## 山道具研究会 \*要予約、参加無料

5月14日(木) 6月17日(水) 9月8日(火)

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週間前に詳細をメールまたは郵便でご案内致します。

## 大阪地区イベント

### 「岩登り体験会 & BBQ」

6/14(土) 六甲山周辺  
参加費 ¥3,000.



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関西・名古屋方面の方、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。ハーネス等の登攀用具は全てレンタル。ちょっとした「スリル」を体験した後は、バーベキューが懇親会。楽しく、美味しく岩登りの世界を体験しましょう。

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。

## 全国「山の日」フォーラム

2015年3月28日(土)~29日(日)

3/28 10:00-20:00 3/29 10:00-18:00

場所 東京フォーラム

2016年から「山の日」が制定されます。それを記念してイベントが行われます。プレゼンテーションゾーンで、近藤謙司が2日間にわたりトークショーを「仕切っ」てます。是非、お立ち寄りください！！



## 近藤謙司の本が2冊続けて出来ました

「エベレスト登れます」

産業編集センター ¥1,300.

「ばくは冒険案内人」

山と溪谷社 ¥1,400.

アドベンチャーガイドが設立されて、17年目に突入しました。この本はいわば今までAGがコンセプトとして頑張ってきたことが集約された本です。是非、読んでください！！

近くの書店で手に入らない方は、AGでも販売しています。ご希望の方は郵送しますので、ご一報下さい。ご希望の方は、近藤謙司のサインをお入れします！！

