

トレイルランナーのための地図読み講習会 2017 Autumn

【講師】佐々木 亨（山岳ライター）

トレイルランニングの舞台となる山岳では、近年、道迷いによる遭難が多発しています。そこで、登山はもちろん、トレイルランニングでも「地図読み」の知識・技術を身につけることが重要になっています。地図を読んで、トレイルの特徴をつかみ、コンパス（方位磁石）を活用して、現在地や進路を確認します。こうした地図読みを実践することで、道迷いを未然に防ぎ、より安全にトレイルランニングを楽しむことができます。

この秋も、奥武蔵の里山をステージに、初級編と中級編の2回、地図読み講習会を開催します。なお、この講習会は、当NPO法人の会員ならびに会友のみなさまへの安全普及を大きな目的としています。そこで講師謝礼等の一部経費を当NPO法人で負担することにより、会員向けの優待受講料としています。

◎ 初級編 日和田山・物見山周辺（埼玉県飯能市）

【日時】2017年9月24日（日）

【集合】西武池袋線 高麗駅 改札前広場 8:40

【行程】高麗駅～日和田山～物見山～北向地藏～ユガテ～橋本山～吾那神社～東吾野駅（講習終了16:30予定）

【受講料】正会員 3,500円、一般 4,000円（講師指導料・資料代・傷害保険料・入浴代・run by 10含む）

【募集】20人予定

【懇親会】3,500円予定（飲み放題付）飯能市内

奥武蔵の入口に位置する日和田山から物見山、さらに山上集落のユガテへと向かい、終盤は地形図に記載のない古道をたどって東吾野駅近くの吾那神社に下ります。標高わずか300～400mの里山ながら、小さな尾根や谷が入り組み、地形は思いのほか複雑、地図読みの基本をしっかりと学べるコースです。

午前中は、トレイルを歩きながら、地形を読むカギとなる等高線の理解やコンパス操作の基本をレッスン。午後は7～8人でチームを組み、特徴的な地形から現在地を確認する方法や進路判断・予測など、地形に応じて軽くランニングしながら、グループワーク形式で地図読みを実践していきます。

◎ 中級編 東郷公園・子ノ権現周辺（埼玉県飯能市）

※ 中級編は、これまで地図読み講習会を1回以上受講された方、または登山における読図経験のある方が対象です。

【日時】2017年11月23日（祝）

【集合】西武秩父線 吾野駅 改札前 9:10

【行程】吾野駅～東郷公園～秩父御嶽神社～吉田山～小床峠～イモリ山～本陣山～西吾野駅
（講習終了16:30予定）

【受講料】正会員 3,500円、一般 4,000円（講師指導料・資料代・傷害保険料・入浴代・run by 10を含む）

【募集】20人予定

【懇親会】3,500円予定（飲み放題付）飯能市内

前半は、奥武蔵有数の紅葉スポット、東郷公園から吉田山、小床峠を経て、足腰守護の神仏として知られる子ノ権現を目指します。後半は、地形の複雑なイモリ山、本陣山を越え、西吾野駅へと下ります。踏み跡はありますが、道標はなく、地図読み力が問われるバリエーションコースです。

等高線の判読やコンパス操作など初級編の復習をしつつ、グループワーク形式で地図読みを実践的に学びます。7～8人でチームを組み、メンバーで協力し、教材の地形図に記載されたポイントを確認しながら目的地へ向かいます。

◎ 装備（初級編・中級編とも）

- ※ 飲料（1ℓ前後）・昼食（行動食）は各自ご持参ください。
- ※ コンパス（方位磁石）は透明プレート付きのオリエンテーリングコンパスを各自ご用意ください。
推奨機種：シルバ R3、シルバ 7F、スント A10、スント A30（登山用品店、Amazon 等で購入できます）。
- ※ 講習コースの地形図と防水用のマップケース（ビニール袋）は、教材として当日、配付します。メモ用に細字の油性サインペンがあると役立ちます。
- ※ 装備は、トレイルランニングのシューズとウェアを中心に、ザック、雨具、防寒着、救急薬品類、ヘッドランプなどを用意ください。
- ※ 雨天実施（ただし台風等による暴風雨の場合は中止します）。

◎ 講師プロフィール

佐々木 亨（ささき・とおる）

1961年東京生まれ。1985年、編集プロダクションを設立。旅行・アウトドア分野を中心に雑誌・書籍・広告の制作を手がけ、近年は豊富な山岳取材経験を生かして登山・ハイキング教室の講師を務める。著書に『学べる！山歩きの地図読み』『ヤマケイ・アルペンガイド八ヶ岳』『詳しい地図で迷わず歩く！奥武蔵・秩父 354km』（いずれも山と溪谷社）などがある。公認ウォーキング指導員。埼玉県鶴ヶ島市在中。

◎ 申し込み・問合せ先

NPO法人・小・江戸大江戸トレニックワールド

申し込み <http://www.trainic-world.com/schedule.html>

問い合わせ info@trainic-world.com