

NPO法人 【パンフレット2018年度】 日本マウンテンツアー・コンダクター協会



特定非営利活動法人
日本マウンテンツアー・コンダクター協会

私たちのミッションは3つ

1. 登山啓発活動「安全」「安心」「楽しい」山登り初級～上級
2. 山のボランティア 里山クリーンハイク+山カフェ 大地の恵み
3. 山のトレーニング 安全な山歩きができる体づくり

特定非営利活動法人(NPO法人)

日本マウンテンツアー・コンダクター協会

●お知らせ・ご注意 (確認してからご参加ください)

※天候などで予告なく日程/目的地など変更する場合があります。

1. ハイキングA・B・ボランティアなどはどなたでも参加できます。

参加料金は会員料金と非会員料金があります。

※装備不備・技量不足・指示に従わず危険行為などで参加をお断りすることがあります。

2. 参加方法: ホームページより「問い合わせ」に必要事項を記入の上送信してください。参加確認メールを返信します。

キャンセル料: 当日の場合は参加費の50%キャンセル料をいただきます。

3. メールマガジン(無料)を「毎週火曜日」発行しています。希望者はホームページの入会希望より登録してください。

途中解約は自由です。メール会員募集(無料)

4. 入会方法: 入会には入会金5000円と年会費[1月～12月] 5000円が必要です。

振込先: 三菱東京UFJ銀行 新宿支店 普通口座 0020288 口座名義[特非] 日本マウンテンツアー・コンダクター協会

〒151-005 東京都渋谷区代々木1-59-1-4F(トラベルアンドコンダクターカレッジ内)



《安心・安全登山 初級(A)～上級(登山)》会員料金 ※日程などは裏面をご覧ください

ハイキングA (毎月第3土曜日開催・参加費7000円)

ハイキングB+Bpls(毎月第2・土曜日開催・参加費7000円)

東京都県境の山9回 毎月4土曜日・参加費1500円/宿泊あり+1500円(食料+装備)

ハイキングC(年4回開催・山開き参加・前夜泊の山)

登山(雪山・残雪の山・2日以上北アルプス3000m縦走など)

《山のボランティア・里山クリーンハイク+山カフェ》

里山クリーンハイク: 毎月 第3日曜日開催

集合: 午前8時30分(変則あり) 指定された駅の改札口

参加費: 1000円(装備・食事・保険)

持ち物/服装: ハイキング装備・行動食・水・雨具・コップ (清掃道具: トング・ゴミ袋・腕章は用意します)

山カフェでは飲み物+簡単な食事を用意します。

《大地の恵み: 季節の野菜収穫祭》

体験農園「ソルファーム・まえやま」年2回開催 季節の野菜収穫祭

集合: 午前9時30分 千葉県八街市山田「まえやま農園」

参加費: 2500円(収穫野菜・装備・食事・保険)

持ち物/服装: 畑に入ります、必ず着替えを用意してください。長靴持参・野菜入れザック20L以上)



《ヤマのトレーニング12ヶ月・会員/非会員共通・どなたでも参加できます。》

2018年/1-6月(基礎ストレッチ・柔軟な体)7-9月(下半身筋力アップ)10-12月(持久力)

安全・安心で山歩きができる体を作ろう。山の事故は下りに集中しています。

(スポーツ科学的トレーニング)による登山者向けプログラムです。

「ゆっくり運動して筋肉を増やし山歩きに必要な体力」をつけましょう。

★隔週火曜日 午後7時から8時 参加費500円 集合: 千駄ヶ谷 東京体育館陸上競技場

内容: 200mトラックで・筋肉運動ストレッチ・外苑前ジョグコース周遊

雨天・祝日中止/入場料200円各自 コーチ: 武田久美子:

