

山を 楽しむ 為に 山ガールの 為の

スクール

お申込方法

TELかFAXかハガキにて下記まで
お申し込みください。

〒552-0005 大阪市港区田中3-1-40
大阪市中央体育館トレーニング室
「山ガールの為のスクール」係

TEL : 06-6576-0071
FAX : 06-6576-0080

- ① 氏名 (フリガナ) ② 年齢
 - ③ 住所、連絡先 (TEL/FAX)
- を明記してお申し込みください。

※お申し込みの際にご提供いただきました個人情報は
厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの
案内等を送付する場合がありますので
あらかじめご了承ください。



スクール内容

- 10月22日 (土) 13:00~16:00
山登りに必要な知識・技術
体組成測定
- 10月29日 (土) 13:00~16:00
山登りに必要な体力 (講義)
山登りの為のトレーニング (実技)
- 11月5日 (土) 13:00~15:00
女性のイマドキ山登りスタイル
- 11月12日 (土) 10:00~12:00
足慣らしのトレッキングと山での食事
- 11月19日 (土)
近郊の山への登山

会場 **大阪市中央体育館** 他
講師 **大阪府山岳連盟公認講師**
株式会社モンベル講師
トレーニング室トレーナー
対象 15歳以上で概ね40歳くらいまでの女性
定員 20名 (先着順)
参加費 15,000円
(傷害保険及び1ヶ月分のトレーニング室利用料含む)

主催:スポーツパーク八幡屋活性化グループ 協力:大阪府山岳連盟 株式会社モンベル
※スポーツパーク八幡屋活性化グループは、山を楽しむ為に~山ガールの為のスクール~の開催を通じて、スポーツの普及・振興に寄与することを目的としています。