

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

第41号

2019年9月9日発行

★★★★ Tight Rope ★★★★★

## 初めてのことにチャレンジする。これは大いなる冒険です。

初めての海外登山。初めての高度へ。初めての雪山へ。初めてのBCへ。

人にはそれぞれの「初めて」があります。その初めては、その人にとっての大いなる冒険です。皆様の「初めて」が有意義なものになるよう、AGガイドチームが、色々な冒険で培ってきた経験を生かし「楽しく・やさしく・安全に」をモットーにサポートします。是非、一緒に「初めての一步」を踏み出しましょう。

## 無料机上講座

予約不要。直接会場にお越し下さい。

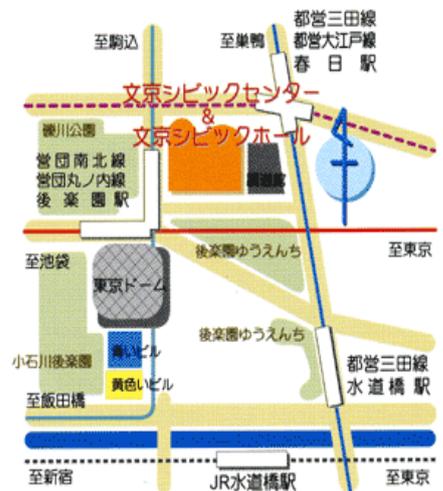
### 憧れの高所登山にチャレンジ

キリマンジャロから、6000m峰、そして8000m峰を目指して

10月10日(木) 19:00~21:00 (18:30開場)

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など、初歩の登山からスタートして、一歩ずつステップを踏みながら4000m峰、5000m峰、雪山登山、ライトエクスペディションの6000m峰へ。そしていつかは公募登山隊に参加して8000m峰を目指すための心構え、トレーニング方法、必要な装備等について解説します。実際に高所登山に使う装備も展示。世界を代表する高所登山のキリマンジャロ、ネパール・アンデスの6000m峰、エベレスト、南極などの公募登山隊のライドも上映して、ビジュアルでも体験して頂きます。



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

## 【大阪・名古屋地区 無料机上講座】

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スタッフが伺って世界の高所登山を目指すための講習会を開催します。実際にスタッフとお話し頂き、疑問点を解決して、高所登山にチャレンジして下さい。

**名古屋会場** 10月17日(木) 19:00~20:30

### カネジュービル 第3会議室

名古屋市中村区則武

1-2-1

カネジュービル3階

JR「名古屋駅」駅  
新幹線口 徒歩3分



**大阪会場** 10月18日(金) 19:00~20:30

### 難波市民学習センター 第3研修室

大阪市浪速区湊町

1-4-1 OCATビル4階

地下鉄「なんば」駅

JR「難波」駅 駅上



# AG バックカントリー ナイト

\*入場無料・予約不要。直接会場にお越し下さい。

## 「憧れのパウダースノーへ」 初めてのBCスキー&スノーボード

東京 10月28日(月) 19:00~20:30

スキー、スノーボードでゲレンデを飛び出してバックカントリーへ。大自然の中でダイナミックにパウダースノーにスプレー&シュプールをあげてみませんか。

しかし魅力的なBCは雪山の世界。簡単には入ることはできません。この講座ではBCの魅力、準備、心構え、リスク、装備など、どのようなことを勉強すれば良いかを詳しく解説。これからBCにチャレンジしたい人は必見です。

### 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



## トレイルランナー奥宮俊祐さんと行く ワールドウルトラトレイルシリーズ

年間10レースのウルトラトレイル レース・ワールドツアー。その大会のいくつかを日本を代表するトレイルランナー奥宮俊祐さんと一緒にチャレンジしませんか。試走、ウォーミングアップなどを一緒に行くことができます。また、奥宮さんの前日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、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。詳細が決まりましたら、AGホームページ、facebook 奥宮さんの facebook で発表します。

### アイガー ウルトラトレイル

2020年7月開催。レースの舞台となるグリンデルワルトは、“スイス三大名峰”として名高いアイガー・メンヒ・ユングフラウの三山に抱かれたリゾート地。雄大なアルプスの山々を見ながら走る気分は最高。非常に人気が高いレースで、毎年、募集を開始するとともに直ぐにエントリーが一杯になります。2020年も大会公式レースとして、ツアーを設定予定です。今年の11月頃受付開始です。

2019年のパンフレットです。



### 奥宮俊祐

中学から大学と陸上部で長距離を続ける。東海大では箱根駅伝を目指す。選手になれず、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。それ以来トレランに全力を注ぐようになる。現在、Road to Trailを主催し、トレイルランの楽しさを広げている。



## 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3分)  
時間: 19:00から 1時間 定員: 9名

- 第1回 11月07日(木) 「楽しく学ぶ 山の天気」  
天気図から冬の天気を天気を知ろう。
- 第2回 12月11日(水) 「登山者ためのリカバリー術」  
山の整体師が足が攣った時の対応などを伝授します。

- 第3回 1月21日(火) 「地図とコンパス その①」  
地図読みの基本、地形図の読み方を学ぶ
- 第4回 2月13日(木) 「地図とコンパス その②」  
コンパスの基本、ルートファインディングと山座同定
- 第5回 3月10日(火) 「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6回 4月14日(火) 「疲れない山歩き」  
ペース配分、エネルギー補給、ストックの使い方

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。 当選の方には講座開催日の10日前に、メールで参加案内を送り致します。

## AGオリジナル New BUFF 販売中!

AG設立5周年ではTシャツと日本手ぬぐい、10周年はTシャツを作りました。15周年はAGらしく山で使えるGoodsということでBUFFを作ったところ、非常に人気が高く直ぐに売り切れてしまいました。「是非、もう一度作って!!」とのリクエストにお答えして、20周年もBUFFを作りました。今回は色を変えて、グリーン系、ピンク系の2色。もちろんデザインは、AGオリジナル。夏山、冬山、BCを問わず、どんな山行にもOK。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。値段は¥2,500。(税込)。通販も可能です。送料は¥360。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。残りも少なくなりました。早い者勝ちです。電話、メールにてお申込下さい!!



## 登山のためのテーピング講習会

11月14日(木)・3月13日(水) 19:00~20:30  
場所：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、テーピングテープを持っていても、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てみませんか。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。



## 山道具研究会

バックカントリー DAY 10月2日(水) 18:30~  
クライミング DAY 3月3日(火) 18:30~  
場所：キャラバン巣鴨店 参加費：無料

「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。希望があればもちろん購入も可能です!!



## 岩登り体験会

11月10日(日) 10:00~15:00頃  
場所：湯河原・幕岩を予定 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可能。ちょっとした「スリル」を体験してみませんか。



## 「地図とコンパス」ハイキング

3月8日(日) 10:00~15:00頃  
場所：高尾山周辺 参加費：¥3,000.

つきいち机上講座でも人気が高い、地図とコンパスの使い方。机上講座で学んでも、少しあやふやな感じでなかなか自分のものになりません。やはりフィールドで試してみ、初めてしっくりくるものです。高尾山で地図とコンパスを使いながら、ハイキングを楽しみましょう!!



## 雪山体験会

1月18日(土) 参加費：¥3,000.  
場所：富士見パノラマ (積雪状況等で変更の場合もあります。)

雪山は怖くて嫌だ。夏山で十分と思っている方。もちろん夏山も素敵ですが、銀世界の雪山は色々なものを覆い尽くした神々しいまでの素晴らしい世界です。是非、一度体験して下さい。初心者向けの雪山山行としてスノーハイキングを企画。もちろん雪山初体験大歓迎です。



## AGストマジナイト

クライミングは定期的に練習すると格段に上達します。

AG提携の神奈川県・相模原市のクライミングパーク・ストーンマジックで、つき一回のペースでAGストマジナイトを開催します。

AGスタッフを中心に、

参加者同士でクライミングを楽しみましょう。

クライミングをしながら、今まで行った山、これから目標にしたい山の話をしなが、お互いに目標を立てて、モチベーションを高めましょう!!

開催日は不定期

AGホームページ、Facebook、Twitterでご確認下さい。

場所：ストーンマジック 参加費：無料

\*施設の入場料は別途です。直接施設にお支払い下さい。



## 大阪地区イベント

### 「岩登り体験会 & BBQ」

10/19(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。



イベントなど最新の情報はこちらをチェック!

ストーンマジックホームページ <http://stonemagic.jp/>

首都圏最大級のクライミングジム「ストーンマジック」。ボルダリングはもちろん、トップロープ、リードクライミング、そして登山靴でも登れるアルパインピナクルなど、多様なクライミングが楽しめるクライミングパークです。今年から、AGとストーンマジックが提携。AGで冒険にチャレンジする人のためのトレーニング施設として、色々な講習会、イベントなどを一緒に行っていくことになりました。AGスタッフやAGガイドチームも、頻りに顔を出しています!!是非、日々のトレーニングや天気が悪くて岩場に行けない日など、ストーンマジックに遊びに来て下さい。

また、不定期ですが「AGストマジナイト」も開催します。近藤謙司やAGガイド達とクライミングを楽しんで下さい。



営業時間				
月～金	土	日	祝日	
13:00～22:30	10:00～21:00	10:00～21:00	10:00～20:00	

利用料金	一般	大学生・ 専門学校生	中・高校生	小学生以下
ビジター入場券	¥2,500	¥2,300	¥1,900	¥1,000
会員入場券	¥2,000	¥1,800	¥1,400	¥1,000

※会員登録料 ¥1,000。(大人) ※全て消費税別です。  
※2回以上ご利用の方は会員登録がお得です。各種パスポートもご用意しています。

【AG割引】タイトロープ読者は会員登録料(¥1,000.)が無料となります。  
★★★この冊子をご提示ください。★★★

アクセス

〒252-0234 神奈川県相模原市中央区共和3-10-20  
TEL.042-704-2340/FAX.042-704-2341

- 【公共交通機関でお越しの方】  
○JR 横浜線、淵野辺駅より 徒歩15分  
○小田急線相模大野駅より 相02「相模原駅」行バスで「共和」バス停より徒歩2分
- 【お車で越しの方】 駐車場 隣接地に15台あり  
○横浜町田ICより、国道16号線を八王子方面に約15分  
○八王子バイパス相原ICより、国道16号線を横浜方面に約15分



AG関係の書籍をご紹介します。

「ゆっくりたのしむ山歩き」

古谷聡紀 永岡書店 ¥1,200.  
AGの古谷が、初めて山歩きをする人向けにHOW TO本を作りました。初歩の初歩から解説しています。なぜ、そのようになるのか、なぜそのようにすべきなのかにポイントをおいて、解りやすく説明しています。ベテランの登山者も原点に戻って読んでみて下さい。



「エベレスト、登れます」 産業編集センター ¥1,300.  
「ぼくは冒険案内人」 山と溪谷社 ¥1,400.

アドベンチャーガイドズが設立されて、20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!!



「雪山100のリスク」

近藤謙司文・監修 山と溪谷社 ¥1,700.  
雪崩、転滑落、道迷い、低体温症など...、雪山で実践すべき、さまざまなリスクマネジメントを解説。登山者、バックカントリースキーヤーとスノーボーダーにも必読の一冊です。



「BCセルフレスキューDVD BOOK」

近藤謙司監修 スキージャーナル社 ¥3,200.  
山岳エリアで起きたケガや事故。特に雪崩から自分や仲間を救助し、第三者レスキューに引き渡すために必要な知識や方法を映像とテキストで解説。BCスキー&ボードは必読です。



「バックカントリースキー&スノーボード」

近藤謙司共著 山と溪谷社 ¥1,900.  
テレマーク、アルペン、スノーボード、グレンデ外=バックカントリースキーの雪山を滑るためのテクニックを収録。用具の解説、滑走テクニック、リスクの対応など、総合的なテキストになっています。



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。

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

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

TEL:03-5215-2155  
e-mail info@adventure-guides.co.jp

FAX:03-3288-3211  
Home Page <http://www.adventure-guides.co.jp>