



女性部ワンコインセミナー

両膝のトラブルと向き合いながら目指す山

日時：6月15日（土）13:00～15:00

場所：県連事務所（名古屋市中川区十番町2-8 栄和産業（株）ビル2階）

講師：宮下 征夫氏（中津川勤労者山岳会）

会費：500円 ※ 申込不要

問い合わせ先：090-7045-9495（河村）

宮下氏経歴

1969年4月に「登山を楽しく安全に広め発展させること」を目標に中津川勤労者山岳会を創立、その後アルプス三大北壁を同じ中津川労山の仲間と登攀。

その後、1995年からはトレッキングガイドとしてキリマンジャロ、スイス、フランスアルプスなどで活躍。1997年「変形性膝関節症」を発症。2017年に両膝を手術。

リハビリ、筋肉トレーニングを実践し、2019年5月台湾の玉山（3952m）の頂上へ6月にはモンブランを目指している

