

山行報告書

日時	2017年10月1日(日)	天候	晴れ
山名	労山ハイキングスクール(Eペース登山)		
CL	講師 大塚 氏	参加者	徳永
(コース)	<p>8時～9時30分 斎館にて登山前検査 (尿・血圧・体重・敏捷性・筋脚力・握力・閉眼片足)</p> <p>9時30分～15時 かまど神社より宝満山を往復中に心拍数を記録する。</p> <p>15時～16時30分 登山後検査(登山前と同じ)</p>		
(コメント)	<p>入会して欠かさず参加していたeペース。 去年は☐のため中止。今年も延期となりアゼリア会の集中山行と重なり、行けないかと思いましたが、丁度良い事に?? 仕事の為、英彦山には参加できずeペースへ一人寂しく参加する事となりました。 何時もは九月の初め。まだまだ、暑い盛りのeペース。今年は涼しく快適な登山日和で宝満山も優しく迎えてくれたように感じました。 来年は是非、皆さんも一緒に(^-^)/ 徳永でした。</p>		
費用概算	<p>(交通費/人) (その他/人)</p>		

(2015.04.09改訂)