

# 山行報告書

日時	2019年10月27日(日)	天候	晴れ
山名	登山ビギナー講座6 Eペースト登山(運動能力測定山行)		
CL	講師:大塚氏	参加者	堀田 (総勢1名)
(コース)	9時~16時 かもと神社~宝満山~三郡山 往復実技山行 尿・血圧・体重・敏捷性・脚筋力・握力・閉眼片足立ち・注意力テスト Eペースト登山(運動能力測定山行)山行中の水分補給や体調変化測定		
(コメント)	<p>今回参加した意図は2件、有ります。 第一は「自分の歩き方には無理があるのか、無いのかの確認」登りは比較的、強いと思っております。 下りは歳のせいかな不安が有るので、ゆっくりペースで弱いのかなと思います。 又、比較的水を摂取しないので、体にどんな影響が有るのか？知りたい思いで参加しました。 当日は竈神社公民館を10:00出発、山頂、11:35キャンプ場到着し昼食を取り11:58出発し竈神社公民館到着13:30でした。 行動時間2H59分。通常、宝満山ピストンで2H30分前後なので、通常ペース。</p> <p>第二の参加理由は、どれ位の人員でEペースが出来るのか参加し確認したいとの思いです。 九大関係者 5名位 無線関係者 4名 県連関係者4名 尿検査 1名 合計15名前後必要。 実施するには大変と思われる。</p>		
費用概算	(交通費/人) (その他/人)		

(2019/3/10改訂)