

55 歳からのやってはいけない山歩き

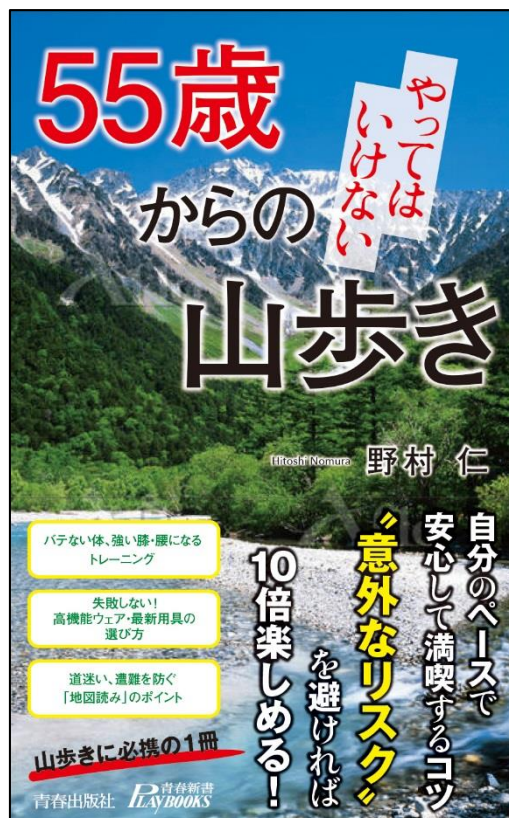
野村 仁

2017 年は、山での遭難が過去最多！

「まだ若いから大丈夫」という過信は危険です

正しい知識で最高に楽しい山歩きを！

『55歳からのやってはいけない山歩き』では、山歩きをする前の基礎的な体力づくり、登山計画の立て方・歩き方、命を守る最新シューズやウェア、用具の選び方など、**山歩きを楽しむための正しい知識と技術**を紹介。登山初心者はもちろん、ベテランの人にもあらためて知っておくと役に立つノウハウが満載の一冊です。紅葉シーズンのお供にぜひ。



発行：青春出版社

野村仁 (のむら・ひとし)

1990 年ごろより『山と溪谷』などを中心に活動している編集者・ライター。この 5 年ほどは、山岳遭難関係の記事を中心に執筆している。学生時代に登山を始め、登山歴は約 30 年。里山歩きからテント泊縦走まで、幅広く登山を行なっている。日本山岳文化学会理事(遭難分科会、地名分科会メンバー)、編集室アルム代表。

■■■■■■■■■■■本件に関するお問い合わせ先■■■■■■■■■■

株式会社青春出版社プロモーション部 西尾春香

TEL:03-3202-1212／ Mobaile:080-1229-3700／FAX:03-3203-5130 ／Mail:h-nishio@seishun.co.jp