

ロープトレーニング 講習時間割

東京技能講習協会

10:00開始【実技5時間】				
日数	講習時刻	時間数 (分)	講習科目	
一 日 目	9:45 ~ 10:00	15	受付	
	10:00 ~ 11:00	60	ロープ及びハーネス等に関する知識 (資器材の正しい使用方法)	
	11:00 ~ 11:10	10	休憩	
	11:10 ~ 12:10	60	ロープ及びハーネス等の使用方法 (ロープ登高及び下降)	
	12:10 ~ 13:00	50	昼休憩	
	13:00 ~ 14:00	60	ロープ及びハーネス等の使用方法 (ロープ登高及び下降)	
	14:00 ~ 14:10	10	休憩	
	14:10 ~ 15:10	60	ロープ及びハーネス等の使用方法 (ロープ登高及び下降)	
	15:10 ~ 15:20	10	休憩	
	15:20 ~ 16:20	60	ロープ及びハーネス等の使用方法 (ロープ登高及び下降)	