

令和7年度 明石市立少年自然の家 主催事業

親子でSUP&カヤック



SUP（スタンドアップパドルボード）&カヤックに乗って、家族で海を楽しもう！！

【日 程】 8月30日（土）

時 間	内 容	場 所
9時40分 13時10分	受付開始、 PFD（ライフジャケット）配布	学生玄関前
10時00分 13時30分	はじめの会（日程概要・スタッフ紹介） 江井ヶ島海岸へ移動	少年自然の家 → 江井ヶ島海岸
10時20分 13時50分	活動の注意説明・準備体操 砂浜で乗船方法、パドル操作について説明	江井ヶ島海岸
10時40分 14時10分	SUP、カヤック（1人乗りまたは2人乗り）に 分かれて活動	江井ヶ島海岸・海
10分休憩	水分補給など	
11時25分 14時55分	SUP、カヤック（1人乗りまたは2人乗り）を 入れ替えて活動	
12時00分 15時30分	体験終了 安全確認（点呼） 自然の家へ移動	江井ヶ島海岸 → 自然の家
12時15分 15時45分	自然の家へ戻りPFD回収 アンケート記入	学生玄関前
12時30分 16時00分	終わりの会 ※終わりの会のあと、着替えをお願いします。	男性：実習室1 女性：実習室3