「登山と運動生理」実技講座評価カード

　それぞれの項目に評価をお願いします。

回答は、回答欄にA,B,Cを記入ください。下記コメント欄にはなんなり記入ください。

氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

1 　講習方法について(全般)

　A・適切だった　B・工夫が必要　C・どちらとも言えない　回答（＿）

2 　山行ルート・山行時間について

　A・適切だった　B・工夫が必要　C・どちらとも言えない　回答（＿）

3 　歩き方と疲労の関係について理解できましたか?

　A・理解できた　B・理解できなかった　C・どちらとも言えない　回答（＿）

4 　呼吸法について理解・実践できましたか?

　A・理解できた　B・理解出来なかった　C・どちらとも言えない　回答（＿）

5 　水分、食事のとり方について理解・実践できましたか？

　A・理解できた　B・理解できなかった　C・どちらとも言えない　回答（＿）

ご意見・ご要望など

(なんなり記入ください。工夫が必要と思われた点具体的に指摘いただくと助かります。)