

雪山入門セミナー実技Ⅱ

「アイゼン・ピッケルワーク」「歩行実技」

芦屋ロックガーデン・ピラーロックと荒地山で実施 2022・01・22

＜参加メンバー＞ 15人(男性10人、女性5人)

＜天候＞ 曇り

＜コースタイム＞

- 9:00 阪急芦屋川駅集合、出発
- 9:15～9:30 山芦屋公園で体操と打合わせ。高座谷の第一堰堤でアイゼン装着、歩荷の用意。高座谷ルートを通り、中央稜を越えてピラーロックへと進む
- 10:50 ピラーロックに到着
- 10:50～12:00 アイゼンとピッケルを使っのワーク
- 12:00～12:30 アイゼン解除、昼食
- 12:30～ 歩荷増しして荒地山山頂へ
- 13:30 宝寿水を経て荒地山山頂 歩荷解除
- 14:05 荒地山岩ばしご、バイパス通過
- 15:00 登山口 滝の茶屋到着解散

＜セミナー実技Ⅱの概要＞

雪山入門セミナーの実技・トレーニング第二回目として実施。アイゼン・ピッケルワーク、歩荷を目的として実施した。

当初 西宮市蓬莱峡で予定していたが冬季はバス運休のため芦屋ロックガーデンで実施した。

歩荷は、男性20キロ、女性15キロを課した。

ピラーロックではアイゼン歩行の基本とピッケルとの合わせ技術習得を目標とした。

歩荷は、雪山テント泊を想定した体づくり、歩荷歩行の基本の習得を目標とした。荒地山では岩場の通過も課題となった。



1. アイゼン・ピッケルワークの講義



2. ヒザを支点にアイゼンをけりこむ



3. ピッケルを使いバランスをとって歩く



4. 深い溝を下る



5. 山頂で重いザックを降ろして にっこり



6 名前の通り全山岩が多い



7 岩ばしご付近で



8 高座の谷道のお不動様