

クライミング 8月岩登り例会@蓬萊峡

<参加メンバー> 3名 (男性3名) <日程・天候> 2022年8月7日 (日) 晴れ

【コースタイム】

08:15 宝塚駅バス停
(8:27有馬温泉行バス)
08:50 蓬萊峡
13:30 JR生瀬駅へ向け移動
15:00 JR生瀬駅で反省会の後、
解散

【活動報告】

本日は3名と参加者が少なかったが、蓬萊峡には他の来訪者もなく、存分に練習できました。メンバーの1人が初リード&初フォローのビレイを体験し、達成感が感じられる日となりました。



朝一番は「支点づくり」の確認から。その次にクリップの仕方やフォローのビレイの仕方など、リードに必要な知識の確認です。皆で一度登り、懸垂下降で降りてきました。



壁の上より見下ろすと、結構高くて必ずセルフビレイが必要です。この後、初リード&初フォローのビレイを無事に終えました。ロープワーク（シープシャンク、インラインフィギュアエイト）の復習も行いました。