

クライミング錬成

初級岩登りセミナー スタッフトレーニング

@神戸登山研修所

<参加メンバー> 11名（男性9名、女性2名）

<日程・天候> 2022年9月11日（日） 快晴

【コースタイム】

09:00	神戸登山研修所集合 ・猿山で当日の動き確認 ・支点構築、懸垂下降 ・トップロープ
12:00	お昼休み
13:00	・当日の段取り確認 ・ロープワーク、トップロープ、懸垂下降 復習
15:00	解散

【活動報告】

9月25日から全4回で行う「初級岩登りセミナー」のスタッフトレーニングを実施した。

初日に行う基本ロープワーク、トップロープクライミング、懸垂下降の段取りを一通り実施し、当日の動きを確認した。

今年は6名の受講生が予定されており、参加者の安全を最重要に考えつつ、受講生に楽しくクライミングの基礎を学んでもらえるように、スタッフ一同、全力で取り組んでいる。



猿山の上に皆であがり、支点構築。2ルートは難しい。



猿山に2本のロープをかけた。この後練習。



横の人口壁では高校生が登攀練習。オーバーハング！



A班、B班に分かれ、トップロープの練習。当日の段取り確認。



猿山の上から見下ろすとこんな感じ。結構高度があります。



基本に忠実に。セルフビレイも取ります。



A班、B班とも猿山をトップロープで登攀。



セミナーで実施するローダウンも練習。



午後からは座学の打ち合わせ。実施事項を一つ一つ確認します。



支点の作り方。クローブヒッチの作り方は家での地道な練習が必要です！

