

雪山入門セミナー 第3回【実技Ⅰ】

@長尾連山・中山

<参加メンバー> 21名 (男性11名、女性10名)
<日程・天候> 2022年12月24日 (土) 晴

【コースタイム】

09:00 阪急山本駅集合
宝塚ロックガーデンへ

【経由】

- ・中山最高峰
- ・中山寺 奥之院
- ・やすらぎ広場
テント設営／撤収
ツェルト使用法

16:00頃 清荒神境内にて解散

【活動報告】

雪山入門セミナーの3回目。「歩荷トレーニング」「テント設営体験」のを実施した。

「歩荷トレーニング」では、受講生は重登山靴で足慣らしの歩行をしてもらい、山での歩き方を体験してもらった。

また「テント設営体験」では、ポールスリーブ式と吊り下げタイプの2つのテントの組立／撤収を体験してもらい、最後にツェルトの利用法を学習してもらった。



阪急山本駅前に集合。天気が良く、別の登山グループもあり。



駅近くの広場で入念に準備体操。怪我をしないための大切な時間です。

👉
トラブル発生！
歩荷の負荷用に
プラティパスに水
を詰めて背負って
いたところ、破損
し漏水。



👉
宝塚ロックガーデンを登りやすい
ルートを探しつつ
登ります。山では
ルートファイン
ディングも重要な
スキルです。



宝塚ロックガーデンの上部を目指して一生懸命登ります。



👉 A班のメンバー集合写真
👈 B班のメンバー集合写真

C班のメンバー
集合写真👉



テントの設営／撤収を行いました。
雪上での注意もありました。



ツェルトの使い方講習。
頂上アタック時には必ず携行し、
不測の事態に備える。
強風時の一時的な休憩やビバーク
する時にも必要となります。