

トレーニング山行

雪山に向けての自主歩荷・アイゼントレーニング

裏六甲・赤子谷～行者山～逆瀬川

〔日程〕 2023年12月16(日)

〔アクセス〕 JR 西日本 福知山線 生瀬駅

〔行程〕 生瀬駅→赤子谷尾根コース→東六甲縦走路→行者山→宝塚西高→阪急逆瀬川

〔天候〕 晴

〔メンバー〕 男性5名・女性3名

※※※ コースタイム ※※※

9:08 生瀬駅
9:16 水路出会い(行程説明・準備体操)
10:00 尾根登り口(アイゼン装着)
11:07 岩倉山(アイゼン解除)
11:27 鉄塔(昼食)
12:09 行者山
12:19 行者山東観峰
12:56 行者山登山口
13:00 歩荷解除(山行終了)
後バスで逆瀬川駅へ

※※※ 活動記録 ※※※

いよいよ雪山シーズン到来。
年明け早々北アルプス西穂高山行に向けてのトレーニング。
裏六甲赤子谷尾根コースから逆瀬川までの縦走行程に参加。
登り口でアイゼン装着、ピッケルもって登坂、東六甲縦走路でアイゼン解除、歩荷は下山口で解除。
尾根筋は少々風が強かったが展望は良く快適な気分です。順調に山行を終了することができました。



JR 生瀬駅(登山口最寄り駅)



行程説明



説明後の準備体操



ピッケル・アイゼン装着



アイゼントレーニング



東六甲縦走路到着



左に進む(右側縦走路)

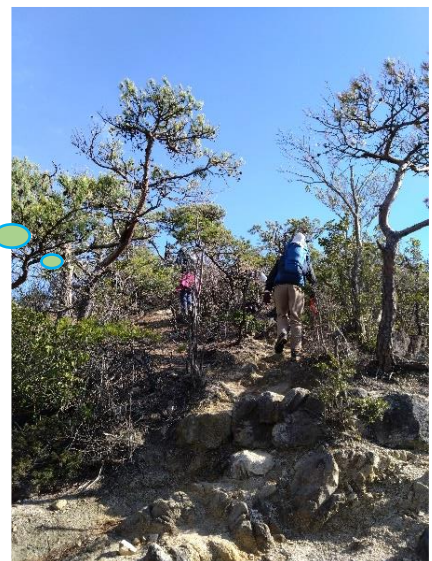


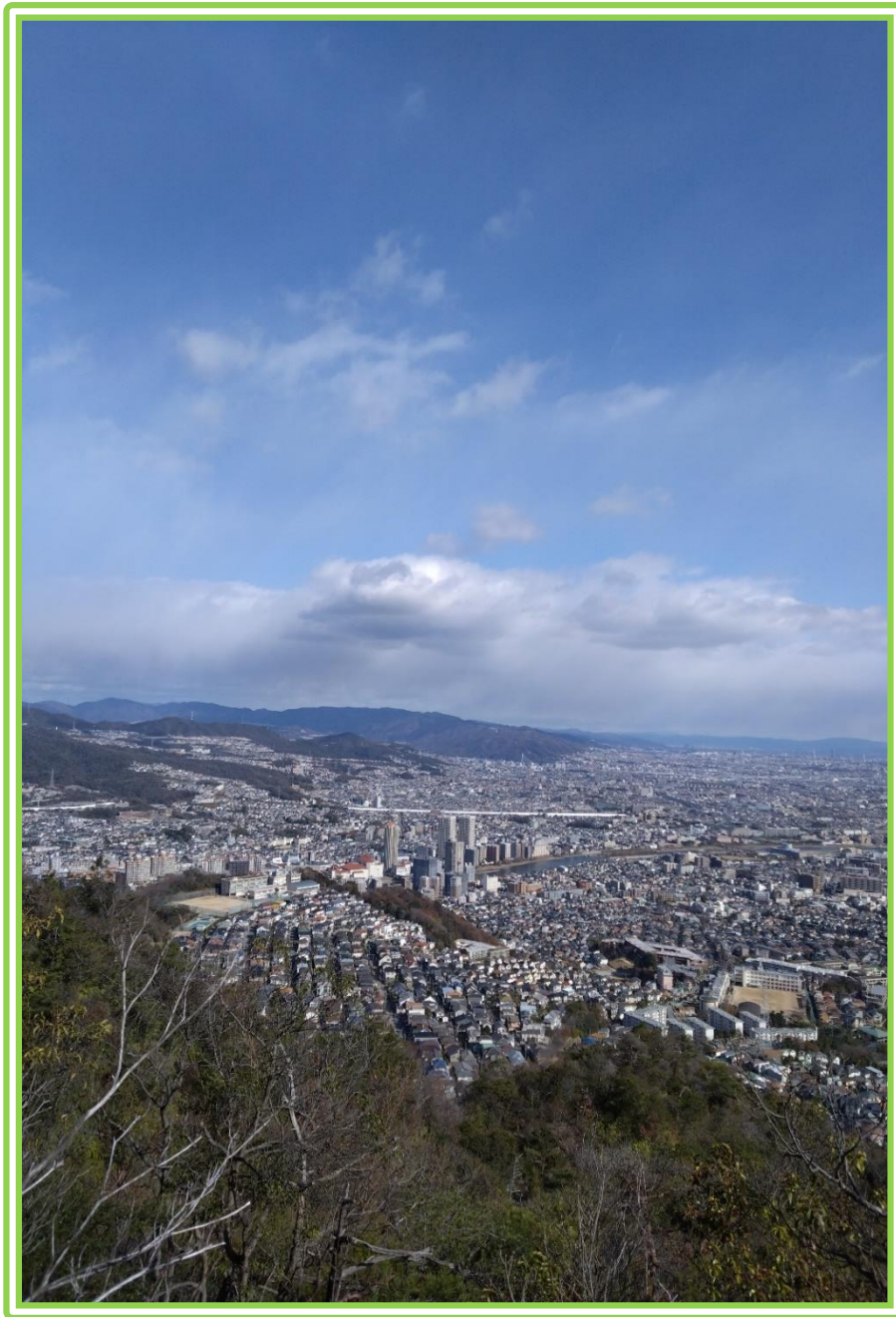
昼食場所からの甲山と大阪湾



行者山への
上り道

行者山東観峰
標高383m





行者山東観峰より宝塚市街遠望 遠くに五月山も



看板を見て歩いてきた行程を振り返り感傷にふけている？

行者山登山口
(山行終了)

