

雪山トレーニング第一弾

裏六甲 蓬莱峡

2023.11.25(土)

<参加メンバー> 10名 (男性4名 女性6名)

<天候> 晴れ

<コースタイム>

8:15 宝塚バス停集合

9:00 蓬莱峡

午前 岩場にロープを張りアイゼンを着けて登下降

午後 登山の歩行技術の基礎と雪上歩行

ピッケル、アイゼンワーク

15:00 宝塚駅解散

<山行の概要>

雪山に向けて今シーズン初めてのトレーニングを蓬莱峡で実施した。
リーダーの指導のもと繰り返し練習し、久しぶりのピッケル、アイゼンの感覚を確かめた。



1. ハーネス、アイゼンを付けて準備



2. 岩場を登下降 その1
左、登る人 右、下りる人



3. その2 登る人



4. その3 下りる人



5. その4 登る人



6. 昼食後場所を移動



7. アイゼン無しで歩行練習 その1



8. その2



9. その3 T氏恐る恐る(>_<)



10. ピッケル、アイゼンワーク その1
まずはお手本



11. その2



12. その3



13. その4



14. 大きなスズメバチの巣を発見



15. 山靴を履いたGメン