

9月岩例会

# 蓬菜峡

参加者 8名 (男6名 女2名)

2024年9月1日 (日)

## <コースタイム>

宝塚バス停 8:15集合  
～9:10蓬菜峡15:40～  
生瀬駅16:30着・解散

## 山行の概要

当初は烏帽子予定だったが懸垂下降やビレー練習のために、場所を変更し蓬菜峡で実施した。先行パーティも居られ、暑いのも関わらず意外に賑わう蓬菜峡だった…。(T.N)



木陰で打合



模擬練習で内容を把握します。

バス停から歩いてすぐの蓬菜峡、基礎練習に便利です。



皆で確認します。



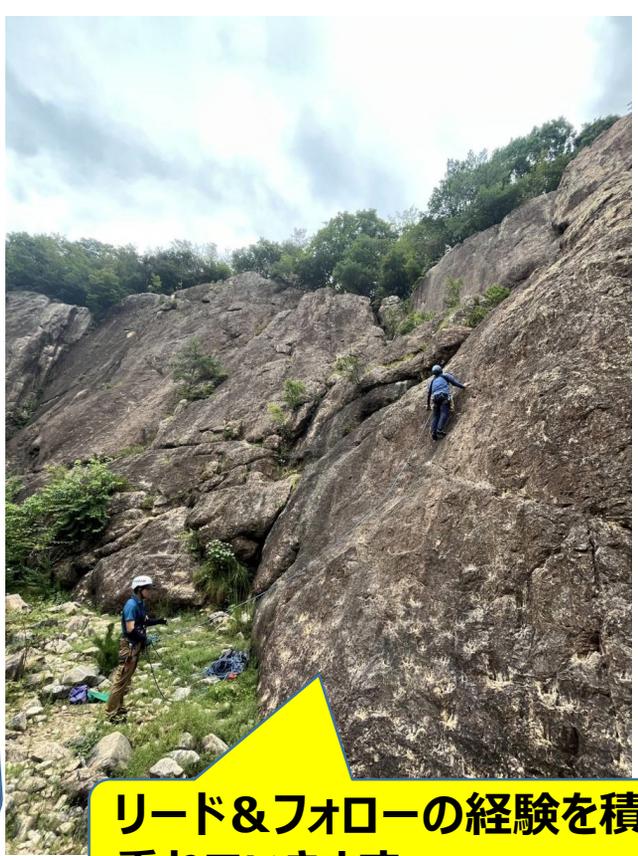
この場面が緊張しますね。お互いに……。(^.^;)



懸垂下降もできました。



トプロープビレーの手ほどきを受けます。また教えることによって自分のスキルも深まります。



リード&フォローの経験を積み重ねていきます。



出来ることが増えてきました。



本日の教訓・・・  
美しくリンと生きたいものだ。