

雪山入門セミナー 実技Ⅰ

中山（長尾連山）

とき	2018年 1月 21日（日）
天候	晴れ
メンバー	受講生 8名（男性：6名 女性：2名） スタッフ 9名（男性：7名 女性：2名）
コース	阪急山本駅 — 最明寺滝 — 長尾連山縦走路 — 中山最高峰 — 中山寺 奥之院 — やすらぎ広場 — 清荒神

< コースタイム >

9:00	阪急山本駅
9:30	大聖不動尊の門
9:35	最明寺滝
9:40	大聖不動尊の門
9:50	歩荷開始
10:40	長山連山縦走路合流
11:35	三日月岩 A班 昼食
12:25	中山最高峰 B班 昼食
12:40	A/B班再合流
13:20	中山寺 奥之院
13:35	やすらぎ広場 歩荷解除 テント設営講習
14:40	出発
15:10	清荒神

< 活動記録 >

雪山入門セミナー 実技Ⅰ（歩荷 & テント設営講習）が長山連山縦走にて行われた。受講生は会員 3名 一般参加 5名の合計8名。スタッフは9名の総勢17名。阪急山本駅に9時集合。全員がそろった段階で近くの公園にて自己紹介を含む、本日の計画及び準備運動を行い、いよいよスタート。まずは行かれたことのない方のために最明寺滝に寄る。その後、満願寺方面と中山方面への分岐にて歩荷を開始。今日は15kg以上を背負うことがノルマ。中には本番さながらの準備を行い、結果、20kgという方もおられた。重い荷物を持っている関係で、いつもの岩場でなく、巻くように岩場上方の鉄塔を目指す。結構、急登な場所もあり、想像した以上にきつい登りであった。長尾連山縦走路に合流し、三日月岩まではA班・B班が連なっている山行。三日月岩でA班は昼食休憩。B班は中山最高峰まで歩を進める。最高峰でB班が昼食休憩中に、昼食休憩を終えたA班も最高峰に到着し、ともに中山寺奥之院へと向かう。奥之院にて小休憩後、やすらぎ広場で歩荷解除となり、そこでテント設営と竹ペグの取り付け方の講習。雪山でテントがうまく張れるのだろうか。何度も繰り返し経験しないときっとミスをするだろう。この思いが実感である。受講生でテント設営を行い、撤収作業まで体験したのち、清荒神まで下山する。



歩荷を始める前に最明寺滝を目指して歩く。



大聖不動尊の門に到着。



門をくぐったところで荷物を置き、半数強の人が最明寺滝へ。



本日の最明寺滝。いつもより少し水量があるかな。



大聖不動尊の門まで戻ってきて、本日の内容を説明。



木の階段。暖かいせいもあり、本日は滑らなくて良かった。



満願寺方面・中山方面の分岐。ここで歩荷準備。



いよいよ歩荷開始、



いつもの岩場でなく、違うルート歩く。



いつもの岩場は向こうに見える。あの鉄塔の下を目指す。



鉄塔まできました。



縦走路に合流し、最高峰を目指す。



アップダウンを複数回繰り返す。



三日月岩からの眺望。ここでA班は昼食休憩。



三日月岩は標高 392mです。



縦走路のフェンス設置場所に到着。



最高峰三角点。ぼちとな。



中山最高峰は 478mです。



中山最高峰からの眺望。



A班・B班が最高峰にて合流し、再度全員で奥之院を目指す。



中山寺 奥之院に到着。



テント設営講習を行うべく、やすらぎ広場へ向かう。



やすらぎ広場にて歩荷訓練解除。



ESPACEのテント。受講生のみで設営。



竹ペグを取付中。



設置したテントを撤収し、本日は講習は終了。



あとは清荒神に向け、下山する。



		距離	時間	日時
🕒	活動時間	5時間52分		
📏	活動距離	9.79km		
↕	高低差	423m		
↗	累積標高上り/下り	753m / 656m		
	スタート	09:11		
		↓	3時間0分	
	中山	12:11 - 12:41 (30分)		
		↓	2時間22分	
	ゴール	15:03		