

2021 雪山入門セミナー 実技・トレーニング No.2 2021.2.6 六甲・ロックガーデン周辺

受講生：一般2人、会員1人、スタッフ他11人 合計14人 天候：晴れ

六甲のロックガーデン周辺でアイゼン・ピッケルワーク、歩荷及びテント設営など生活技術の実技・トレーニングを行った。

＜今回の実技・トレーニングの概要＞

総勢 14 人のメンバーで高座の滝から高座谷に入り、第一堰堤でアイゼンを装着し、歩荷は軽めであるが 15kg を背負ってトレーニングをスタートした。高座谷を詰めてピラーロック(万物層)に至り、ここでいろんな地形を利用してアイゼン・ピッケルワークのトレーニングを行った。

その後風吹き岩から横池へと移動して、岸辺で厳冬期使用のテントの張り方の実技を行った。(ダンロップは外張、エスパースは内張の設営) 復路は中央稜を下り、芦屋川駅へと戻った。



1. 高座の滝手前の小公園でトレーニング前のストレッチを入念に行う



2. 高座の滝でトイレ休憩 この日は暖かく、ここまでで結構汗をかいた



3. 第一堰堤でアイゼンを装着し、歩荷の用意をする



4. 高座谷右岸路をスタートする



5. ピラーロックに到着し、ピッケルワーク、アイゼンワークの基本を説明する



6. 3 パーティーに分かれて、トレーニングを開始する



7. トラバースでのピッケルワーク、アイゼンワークを練習する



8. 急な斜面でのトラバース



9. その2 もっと急なところでのトラバース 腰が引けるとバランスがとれない



10. その3 なんとかクリアー 怖がって山側に体を寄せすぎると体重移動がスムーズにできなくなる



11. 痩せ尾根的なところをバランスをとって進む



12. ええシルエットやな！
この日はピーカンの晴天やった



13. ランチタイムを終えて、今度はザックを担いでトレーニングをする トラバース！



14. 急な斜面をアイゼンの爪を効かせて登る



15. アイゼン・ピッケルワークを終えて、横池へと移動してきた



16. ここでは厳冬期仕様のテントの設営を実習する これは、ダンロップの6人用



17. 講師が注意点を解説する



18. テント本体が立ち上がった。この後、画像にはないが外張りを張る



19. 竹ペグの紐の結び方、設置の仕方を実習する



20. すべてのカリキュラムを終え、中央稜を下山する



21. 阪急芦屋川駅まで戻ってきた。コロナ禍の中、高座の滝の茶店、居酒屋で打ち上げはできなかったのもので、コンビニでアレ？を仕入れて芦屋川の河原でカンパイ！そして、今回のトレーニングは無事終了した