

自主山行 アルパインクライミング錬成

とき	: 2021年8月8日 (日)	天候	: 晴	メンバー	: 4名 (男性4名)
コース	: 阪急芦屋川駅 (9:15) - 地獄谷遡上 - A懸垂岩 (登攀) - 万物相 - 中央稜 - 阪急芦屋川駅 (15:40)				

活動記録

来月の龍王岳・劔岳登攀に向けてのクライミング・体カづくりのため、地獄谷での錬成を実施。コンテで行動し、途中で確保が必要な場所ではスタカットに移行。簡易的ビレイ練習を反復して行った。猛暑のため、きつかったが、体カトレーニングもしっかりできた。



今日は「山の日」。

登山口である高座ノ滝は、たくさんの登山者で賑わっていました。

家族連れから登山愛好者グループまで、その集まりも様々です。



錬成開始前の準備。

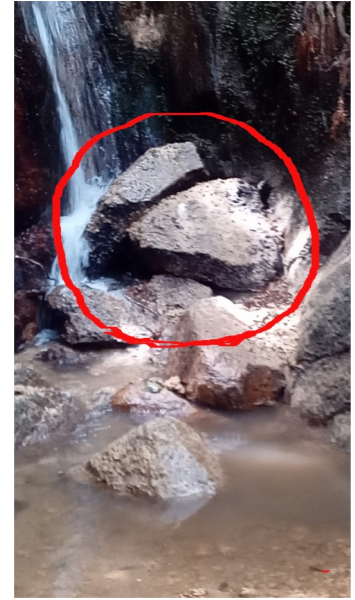
今日はロープ一本でダブルロープでの動きを練習するため、リーダーからラビットノットを教えてもらいました。

この後、トラバース時の確保などを練習しました。



地獄谷遡上中、大きな落石あり。

コンテスタカットを繰り返しながら、地獄谷を遡上していたところ、ある滝の前で、突如轟音がなり響き、人の頭の倍以上ある落石が目の前で起こりました。幸い、滝に入る前の準備中で、直接的な被害はありませんでしたが、後5分、落石が遅ければ、パーティの誰かに直撃していたと思われます。山側の岩肌はもろく、落石には常に注意が必要です。



A懸垂岩での登山靴での登攀練習。

地獄谷を遡上後、A懸垂岩にて、登山靴のまま岩壁を登る練習を実施。適度な位置にボルトがなく、慎重に登っていきます。リードで登る方もビレイする方も、容赦なく降り注ぐ陽ざしの中、注意力を保つのが難しかった。



万物相にてコンテ解除。

コンテからスタカットへの移行には何かと時間がかかり、予定していたキャスルウォール、岩梯子は行けませんでした。脱落者もなく、よいトレーニングが実施できました。