＜参加メンバー＞ 5人（男性4人、女性1人）　　＜天　候＞ 晴れ時々曇り

＜山行内容　＞

8：15　宝塚駅阪急バス停集合
9：30　蓬莱峡
　　アイゼントレーニング
午前・午後
大屏風岩右壁
・トップロープを２か所設置
・全てアイゼンを装着しての
　トレーニング
・懸垂下降、登下降　等
13：30 トレーニング終了
14：30　阪急バス乗車　その後
　　反省会、西穂高山行打ち合わせ

＜アイゼントレーニング　＞

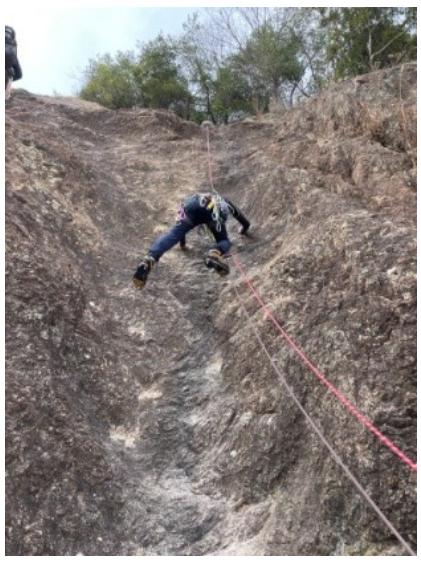
蓬莱峡大屏風岩右壁にて、５月の「西穂高岳　春山山行」に向けてアイゼントレーニングを行った。この日は、動くと汗ばむ天気で、絶好のトレーニング日和となった。参加メンバーは今季の雪山山行も経験しており、特に問題なくできていた。懸垂下降の手順の確認や、前爪２本で立つ等のアイゼンワークの基本を確認しながら取り組む事ができた。

【練習内容】
・フリクションコードでの登下降
　ブリッジプルージック、マッシャー
・エイト環でのロアーダウン
・懸垂下降（ATC使用）　手順の確認　　等
【打ち合わせ】
・西穂高登頂当日の天候時の判断基準、装備打ち合わせ

蓬莱峡へ行く

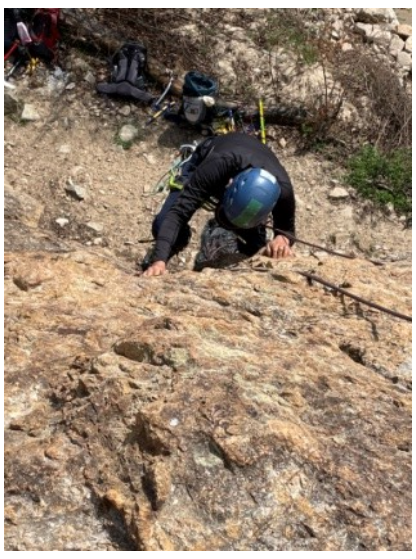
準備

クライマーと見守る人


クライマー

クライマー

クライマー


クライマー

大丈夫です

エイト環