

△▲女性委員会ページ△▲

第26回女性のための登山教室報告

コロナの影響で3年振りに登山教室を開催することが出来、ややこしい時期にも関わらず7名の受講生が集まりました。

年齢別に見ると30代(2) 40代(1) 50代(3) 60代(1)と比較的若い方の参加になりました。7名中1名は連盟の夏山セミナー受講・1名がクラブ入会
これは久々の大きな収穫です。

六甲の実技では読図、三点支持の基礎を取り入れて何回か繰り返し練習し、最初怖がっていた受講生も最後には安定した登り方に変化し、反復練習の成果は、主催者の私たちにも目に見えて分かり、お互いの喜びに繋がった。特にザレ場の歩行訓練には時間を多めに練習したことで、受講生からは今日の実技は役に立ったし自信が付いたと言う声を聞くことが出来た。

今回は連盟の夏山セミナーに1人が参加し女性委員会からの橋渡しが出来た。

登山教室は初心者対象で取り組んでいるが、普段全く運動をしてない方が今回参加され、実技でリタイアされた。今後の受付時の課題になりそうだ。

座学2回、実技(六甲)1回は終了し、おまけ山行を5月15日に行った。

前回の六甲では歩き方を重点に置いたが今回は読図を事細かく繰り返し実施し三叉路ではセミナー生に進む先を決めて貰った。下山した時はセミナー生も地図も大分慣れてきた感じだった。

前回習った事が役に立った。登り姿勢を直す事を教わり良かった



初めての实技しんどかったし不安だったけど良かった

前回(六甲)はしんどかったけど今回は楽しかった

課題の道迷い。繰り返しの地図読みをしたことで分かるようになってきた