

▲△女性委員会ページ△▲

第 27 回女性のための登山教室報告



3回の座学を終了し4月16日(日)六甲の実技は
1人欠席の3名で実施した。

読図、三点支持の基礎に取り組んだ。今回のセミナー生は
比較的若い人ばかりで、やる気満々でスムーズに進みました。
ロックガーデンの正面テラスも最初、え〜ここ登るのっ
て感じだったが安定した登りでした

第2鉄塔の場所で岩場練習したがロックガーデンで何回か
練習していたのでスイスイさすがです！！

登山教室は初心者対象に取り組んでいるが、今回も
普段の運動不足で3回も足がつってしまった方もいたが幸
いなことにセミナー生に看護婦さんがいたので安心だった。

実技後のセミナー生の声

- * 岩場がきっちり登れた。
イタドリを初めて食べた
- * 思っていたよりもキツかった。
筋力を鍛えないとダメと痛感。
- * 岩場の昇り降り他色々勉強になった
本当に楽しかった



2回目の実技は大岩岳5月14日(日)（読図）
セミナー生に順番で先頭を歩いて貰う予定を
している