



ENJOY ALPINE CLIMBING

中級だより

これからアルパインクライミングを目指す人のための学校
※無雪期 「中級登山学校」

岩登りの技術を中心に、ロープワーク、レスキュー技術、自然条件に対する判断能力、
体力強化、山の生活技術など、総合的に学ぶ様子をスタッフよりお伝えします。

Vol.3

開校から2か月が経ち、様々なカリキュラムを精一杯熟していく受講生のみなさん。

中級という名のもとに集まった男女10人、ますます頑張ってます！

5.12-13 実技5-6:不動岩・百丈岩・駒形「登攀練習・人工登攀・セルフレスキュー・歩荷」

遠征前で、皆さん気合がはまります。

初日は不動、百丈に分かれて登攀練習を行いました。受講生の皆さん、確実に力がついてきています。

今回はいつもの共同テントではなく、個人装備のツェルト泊で就寝です。2日目、朝5時から河原で登り返しの練習をスタッフ主催で行いました。その後、駒形に移動しアブミを使った登攀練習を行いました。生憎の雨でしたが、熱心に取り組む受講生の皆さんに、コーチの指導にも熱が入ります。



実技5-6



座学5

5.16 座学5:「岩場における安全確保」

大串講師(KLCC)より、安全なアルパインクライミングを行うための技術や知識、落石や墜落、疲労等の危険に対する洞察力について、講義いただきました。

また、被った壁を巻き込みせず登るためのイージーデイジーの使い方や自作アブミの作り方、垂壁や被った壁を疲れずバランスよく登るための重心の

使い方などについて、図で解説していただきました。

5.26-27 実技7:雪彦山「遠征①」

今年度初の遠征で、雪彦山へ行ってきました。

本格的なマルチピッチクライミングの実践に、受講生の皆さんのドキドキとワクワクが伝わってきます。コーチやスタッフと共にバスで移動するのも遠征の醍醐味でしょうか(笑)。深夜にキャンプ場に到着、仮眠をして、翌朝早くからパーティ毎に行動を開始します。二日も天気に恵まれ、絶好のクライミング日和でした。開校から学んだ知識と技術を精一杯活用し、充実した学びの多い遠征となったことでしょう。

カリキュラムはまだまだ続きます。この経験を基に、次なる課題へ挑みましょう！



実技7 雪彦山