

2020年度 室蘭チャラツナイ岩訓練

日時: 2020年6月6日(土) 天気: 晴れ

A班: CL 藤木 SL 若林 SL 宇佐美 内山 八重樫 宇田 太田

B班: CL 小山内 SL 渡邊 長沼 武川 笹山 門馬

8:30 地球岬駐車場集合・出発→乗合でチャラツナイへ移動

○チャラツナイ海岸で各班に分かれてSL中心にロープの結び方の確認

フィギアエイト・オン・ア・バイト、フィギアエイト・フォロー・スルー、マッシュャー、ブルージック、ブリッジブルージック

○A班CLより講義 ☆カラビナタイプと使い分け: HMS、スタンダードD型、オフセットD型、O型(オーバル)

☆ゲートの種類: ストレート、ベントゲート、ワイヤーゲート

☆ロープの結びの呼び方 ・ヒッチ...ロープをカラビナ等、他の対象物に結ぶ ・ノット...ロープを単体で結ぶ結び方 ・ベント...ロープとロープを繋ぐ結び方



○フィックスロープを使った悪場の通過

フィックスロープにブリッジブルージックでビレイを取って通過する。

この時結び目を握らずに押し出すように進む。支点で掛け替え。

先に、支点の先にブリッジブルージックをセットしてから

元にセットしてあったブリッジブルージックを解除する。

途中何度かテンションを掛けてロックがかかっているか確認。



B班 和気あいあいとロープワーク

11:30 昼食

○昼食後トップロープクライミング訓練

フィックスロープ通過中の太田さん



ここから先は宇田の忘記録

←アンカー構築 流動分散(荷重がかかるポイントが常に2点にうまく分散される)

ロープスリングの一方にひねりを加える

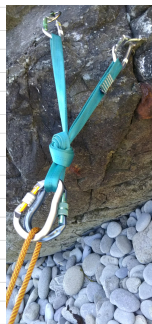
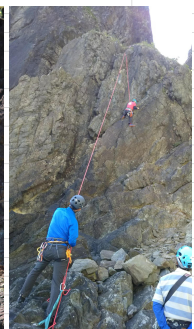
ビレイヤー側のロープの末端はフィギアエイトフォロースルーでハーネスのタインループに通し、

手の届く長さの位置でアンカーのカラビナにクローブヒッチで結んでビレイをとる。

クライマーに近い方のロープをATC確保器に通してセットする。

クライマーとビレイヤーを交代で交互に行い訓練を行った。

クライマーが登り始め ロープを送り出すロープさばきは、タイミングと経験不足で、とても難しかった。また、ロープの取り込みはクライマーの命を預かる重責と実際の宇佐美氏の重さが相まって、ずっしり肩にのしかかってきた。(下降時は理事長に肩がらみでビレイをとっていただいた)



○最後は平地で懸垂下降の訓練

←アンカー構築 2枚のカラビナをセット ゲートは反対側を向くようにする。オーバーハンドノットで結ぶ

アンカーにセルフビレイをとる。ハーネスのビレイループにスリングを短く結びカラビナをセットしておく。

ハーネスのビレイループにスリングを短く結びカラビナをセットしておく

エイト環は大きい輪の方にロープを上から下に向かって通し、ビレイループのカラビナに掛け替えて反転させる。

エイト環の15cmくらい下にマッシュャーでバックアップをとる。セルフビレイを解除する。

利き手の反対の手はマッシュャーの上のロープを握り、利き手はマッシュャーの下を握って押し上げ下降を開始する。

○14:30 訓練終了



昨年はほぼ初めてに近い参加で、何もわからない状態でしたが、指導員の資格取得に向けてご指導いただいたおかげで、少しは成長できたような気がしました

ロープワークはやらなければすぐに忘れてしまいます。このような訓練や自学も含め、今後も研鑽して行きたいと思います。ありがとうございました。

A班記録担当 宇田