

大岸海岸・岩訓練

2023年 6月11日

記録 E・K

CL 渡邊 SL 宇佐美 長沼 チーフリーダー小山内
指導 澤田 安藤 内山 水江 門馬 戸島
成田 増川 小川 笠原 太田 及川
(16名)

伊達道の駅 7:00 大岸海岸 8:00 集合



- ・ダブルフィギュアエイトノット・クローブヒッチ
- ・ダブルフィッシャーマウンズノット
- ・プルージックノット・ブリッジプルージック
- ・マッシャー・シートベント等の意義、やり方の確認、実践



トップロープによる
登攀
リードによる登攀
懸垂下降

12:00 昼食 14:30 訓練終了



当日は濃霧の為、岩の濡れが心配されましたが
雨に当たる事もなく参加者全員大変意深い訓練
となりました。

指導員と二人組で手取り足取りロープの結び方
など教えてもらいました。

また、新入会員の及川さんと共に初めての岩登り
ができてとても楽しかったです。



ベテラン指導員さん達はより難しい岸壁に挑戦
したりしていましたが、素晴らしい技術だなあと
感心しきりでした。



また、岩壁の麓にてクライマーの登りに合わせて
ビレイを取る作業はより経験と技術を要するよう
に感じましたが、渡邊さんによるとクライマーと
呼吸が合わないといけないとの事ででした。

宇佐美さんは切り立った岩壁の上でずっと
サポートして下さり感謝感謝です。

指導員の皆様にも大変お世話になりました。

ロープの結び方や名前など、繰り返し学習して
身につけていきたいと思います。

ありがとうございました。