

岩トレ：広沢寺の岩場

- ◆日程 2017年1月14日(土)
- ◆メンバー L：須田健、猪田、小林、佐藤俊、冨田
- ◆天候 晴れ、のち 曇り

広沢寺 弁天岩にて登はん練習を行いました

8:50 練習開始、13:00 練習終了、駐車場にて昼食、解散

練習内容： 基本動作確認

ATC での確保

終了点でのセルフビレイ

支点確保の方法

クライムダウンでの下降

足のみを使った登はん練習

エイト環での懸垂下降

ダブルロープでの連続登はん

8:00AM 広沢寺の駐車場に集合、このとき地面は完全に凍結、予報では最大級の寒波が来るとの事、練習できるか心配でした。弁天岩には一番乗りでした、右のルート(通称 "プレゼント 5")にロープを張り基本動作を確認しました、岩面にはまだ日が当らずホールドをつかむ手が冷たくなり力が入らなくなる、想定外の状況を経験しました。

しばらくすると日が当たるようになり体も温かくなった、終了点で待機中はぼかぼかと日なたが気持ちいい程でした。それでも、下でビレイする人は上着を着こみブルブルと震えながらロープを送っていた。

2巡目以降からは、中央ルート左寄りにもロープを張り2ルートで練習することが出来ました。左寄りルートは50mロープ2本で上がり、懸垂下降で降りました、また、ダブルロープのそれぞれで連続登はんを行いました。昼近くなると雲が掛かってきて一段と冷え込みました、もう少し練習したい気持ちはありましたが「最大級の寒波」が来る前に撤収となりました。

(記：佐藤)

