

丹沢：広沢寺岩トレ

- ◆日程 2020年2月24日(月)
- ◆メンバー L：須田、佐藤(俊)、日比野、小山田、大山、今、松田、遠山
- ◆天候 晴れ

入会して初山行が広沢寺・弁天岩での岩トレとなりました。私は電車の人身事故と降りるバス停を間違えて11時にメンバーと現場合流となりました。

弁天岩に着くと数パーティがとりついており中にはダブルアックス+アイゼンのパーティもありました。私は5年ぶりの岩で手順を忘れており懸垂下降とバックアップの取り方を須田さんに指導頂きトプロープでクライムアップと懸垂下降をしました。その後須田さんにリードして貰い今さんと共にフォローでクラックルートを登り懸垂で降りました。久しぶりの岩は怖くて手足が縮こまり筋肉痛になりました。リーダーが初心者と思われるメンバーを怒鳴っている他の会のパーティがいて嫌な気持ちになりました。

須田さん、佐藤さんより地上で下記の講習を受けました。

- ①支点構築(クアッド)
- ②半マストでの確保
- ③肩がらみでの確保

山を縦横無尽に動けるように岩トレは繰り返して練習したいと思います。須田L始め皆さま今後も宜しくお願いします。(記：遠山)

CT：広沢寺駐車場 8:00 - 弁天岩(岩トレ)
- 広沢寺駐車場 15:30

