

合同ジップフェル訓練

福澤卓三

日時

平成26年11月16日(日)

参加メンバー

金井良一、福澤卓三、山口修、杉本伸一、河本嘉照

ベルニナ山岳会 13名、東京緑山岳会 5名

場所

神奈川県山岳スポーツセンター

恒例の春と秋に行われるベルニナ山岳会主催の東京緑山岳会と当会の合同ジップフェル訓練に参加した。かるくストレッチ体操をしてから、最初はタイヤをウインチであげて、落下させて確保してから、ザイルを固定させ、自分がフリーになって、次の救助にかかる一連の動作を行うトレーニングである。今回は新人の雨宮が残念ながら参加できなかったが、若手2名が参加できてよいトレーニングができた。岩登りの基礎である確保は体験しなければ、あの衝撃は実につかない。止めたあとの、その次の動作も理論と実践をやれば実践で役に立つ。今回は本番で使用することが多いザイルをダブルにして初めてトレーニングをした。



落下者をとめる



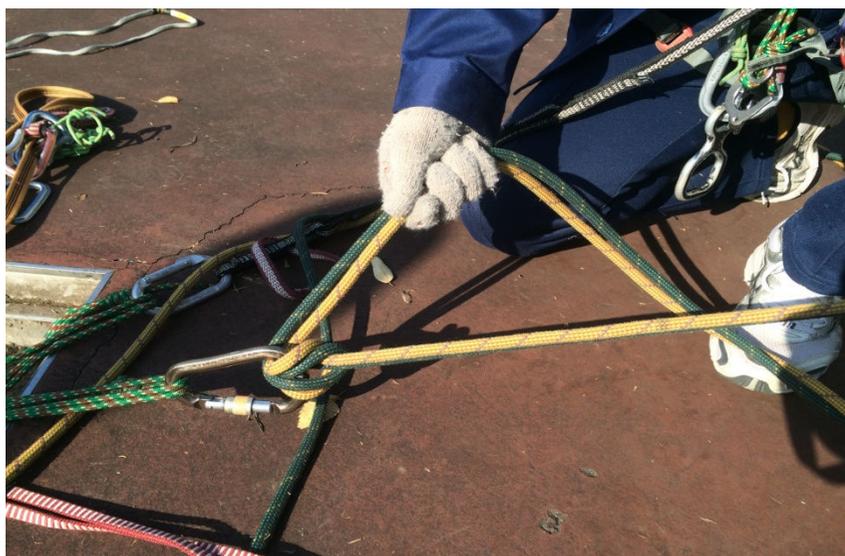
安定した場所に移動する



自分をフリーにする。



落下者をしっかり固定する。



落下者を少しづつ下ろす。

午後からは、ザイルにぶらさがった場合の脱出方法と、器具を使用しての懸垂下降をした。壁から離れて下降する場合と壁について下降する 2 種類の方法でやった。器具は何カ月も実践で使用しないと、自信が持てなくなるので、トレーニングのたびに繰り返しやることは意義がある。

岩壁登攀のみならず、縦走においても、必要な技術である。またベルニナ山岳会と緑山岳会はともに日本を代表する山岳会である。今後の山行に必ず役に立つトレーニングなので新人・若手会員は必ず参加して知識を吸収し、体験をして実践に役立ててほしい。