

ベルニナ山岳会合同確保訓練



参加者 記念 撮影

「福沢撮影」

日 時 2015年5月31日(日) 晴れ 場所 山岳スポーツセンター

参 加 福沢、河本 富岡 稲福 神谷 石川 6名

他に東京緑山岳会 曾山代表他 7名 ベルニナ山岳会渡辺代表他 30名(ob・現役) 総勢43名

当日午前9時～開始、前半はロープの結束方法など、基礎技術の確認、次に肩絡み確保の練習に入る。タイヤを落とし、肩絡みにより止める確保、次にタイヤ固定、自己確保、ロープ固定し、脱出する一連の作業を練習する。

コーチ陣として、堀江、尾山、今田、鎌田、金川、鏡内、田端の各リーダーの人たちが懇切丁寧に指導してくれる。その後 1/3 吊上げや懸垂下降の練習を行う。

肩絡み確保については、当会、河本が一日の長で、無難にこなしていたが、新人の富岡、稲福は、最初は少し飛ばされていたが無理もない。徐々に練習を重ねそれなりにこなしていたのには感心させられた。15mの壁をエイト環でなく、ATCを使って懸垂下降の練習を行ったが、やはり、セルフビレイを外し、メインロープに身体を預けるときは、支点が壁から80cm位離れているため、なかなか踏ん切りがつかず迷っていたが、何度か練習を重ねるうちに、最終的にはスムーズに下降出来たことは良かったと思う。

確保技術、懸垂下降、ロープの結び方、器具の使用方法については、日頃から家でも練習し、慣れて行く必要があり、本チャンに向けてあわてない様練習を続けて行って欲しいものだ。

本講習会は、素晴らしい交流の場でもあり、和気藹々と各会の情報を共有して相互に向上できる場でもあり、今後も積極的に参加してほしいものである。

福沢リーダーも各場面で張り切って指導していたが、現役リーダークラスが仕事などで参加できなかったことが惜まれる。秋の確保訓練にはリーダー含めもう少し多くの会員が参加したいものだ。

「記録・石川」



ベルニナ尾山指導員からの説明



ロープの結束方法など



脱出に伴うロープの固定 河本



富岡のジップエル風景



確保体制をとる富岡



仮固定の方法



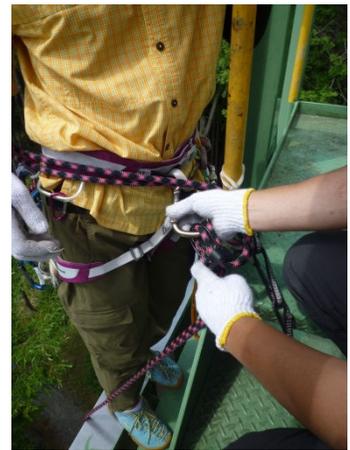
ロープワークの基本を学ぶ東京緑山岳会のメンバー



吊上げ脱出



15mの高さ高度感がある



ATC装着確認



スムーズに下降する。



練習を見守るベルニナの秦野、小島の両氏

登攀の成果は日頃のトレーニングから

「写真撮影 福沢・石川」