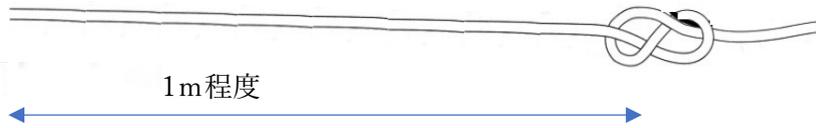


みずなら登山学校報告 2023-5-21 広沢寺

参加者 中島、坂上、入木田

登山学校第2回目の実技山行、岩場になれるということで広沢寺にやってきました。

みんなベテランでしたので、ベテランらしく見えるロープワーク、登り方などカッコよく見えるザイルさばきを学びました。



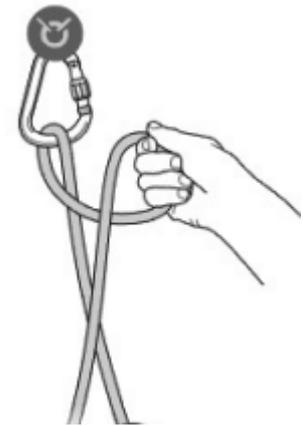
まずは、ロープを自分のハーネスに固定、カッコ良いベテランに見えるやり方

- ① 左手にロープの末端を持ち、腕をさっと広げてやく1mくらいの所を右手で持つ
- ② 右手の指でさらっとロープをひねる
- ③ そこに左手でロープを通し上図のような形を作る
- ④ 自分のハーネスにロープを固定する

カッコいいクローブヒッチ（インクノット）の作り方

両手で花輪を作るようなやり方は初心者ですのでベテランらしく

- ① ロープをカラビナに通す
- ② 1回ひねってカラビナに通す



カッコいい懸垂下降の仕方

- ① ロープが絡んで整理がつかずなかなか降りてこないのはカッコ悪い
- ② 2本のロープの末端を結ぶと投げた時下に流れにくくてカッコ悪い
- ③ 長いロープは、片方ずつ腰に巻いて降りてくるとカッコ良い

カッコいい登り方

- ① 足を高くあげすぎると、岩にしがみつくと姿勢がカッコ悪い
- ② 常に足ですくっと立つのはカッコいい。



帰りは、ますや で反省会しました。ビールとニジマス唐揚げで@1000 でした。