

登山技術の向上を目指して 丹沢広沢寺弁天岩（岩トレ）

実施日 2016年4月10日（日）
 天候 晴れ
 リーダー 佐藤 政司
 参加者 伊藤久雄、渋谷賢寿、中村友子、白岩恵美子、小名秀鋭、瀧澤きよの 計7名
 費用 朝霞台～自家用使用

当日は朝霞台に6名集合、車で広沢寺に向かう。（1名は現地集合）

予定時間より早く到着出来たので駐車場にて各自ストレッチなどをして時間を調整するも集合時間までには、まだ余裕があったので6名で先に弁天岩に向かった。

岩場に着くと広場には大勢のクライマーたちが各ルートに取り付いて、とても賑やかでした。

我々も空いているルートを確認（グレードは5,8位 斜度約80度 高さ25M）



早速、全員がハーネスを装着して確保器を使いロープにテンションをかけて練習する。

現地集合の1名も合流して再度練習！これが出来ないとトップは岩を登れないため、トップの命を守るビレイヤーの技術をしっかりと繰り返し練習しました。

何とか様になってきたのでビレイをしてもらいルートに取り付くが絶



対に落ちてはいけないという緊張感から、登っている間は5.8のグレードが5.10位に感じる程でした。



何とかアンカーに取り付きトップロープのセットを完了。懸垂下降にてヌンチ

ャクを回収し早速トップとビレイヤーの役割を体験してもらいました。

皆真剣な面持ちです。1回目は、なかなか登れませ



んでしたが2回目は何と半数の人が完



登！ 真剣に練習しているとあっという間に下山の時となってしまいました。今回の岩

トレでは、一步一步岩にへばりつき登るバランスの取り方を現場で感じてもらえていたら幸いです。

今後の山行に必ず繋がると信じ、そして何よりもお互いの命を守る技術や気持ちが安全な登山につながると思います。皆さんお疲れ様でした。

（記・佐藤 政司）
 （写真提供・伊藤 久雄）

