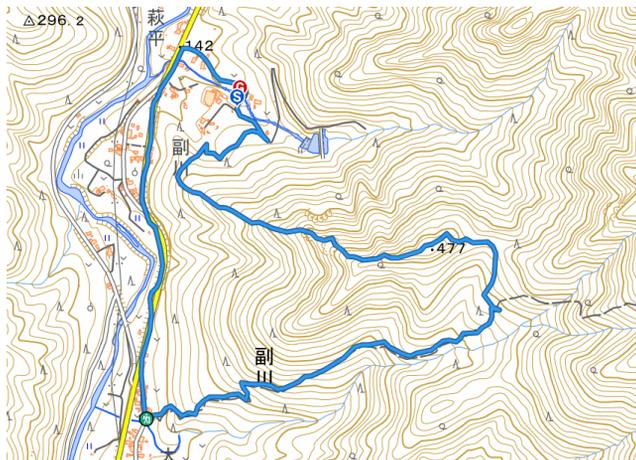


6 月度 <b>例会</b> 個人 山行報告書		報告者	鈴木み	参加 メンバー	CL 鈴木よ 館谷、山口、小松、 田中、紀藤、吉田、 鈴木み(記)
		報告日	2024/6/13		
山域	新城	山行日	2024/6/8(土)		
山名	棚山ジャンダルム				
山行目的	初級アルパインに挑戦		コースタイム(天候:天気図記号)		

配布先  
集会:12  
山行:1  
リーダー  
原紙:集会  
担当者

### ルート図(地図を見て正確に)



25万分の1地図

4h35m 快晴:○

7:00 本社北P  
8:45 登山口  
9:15 取付  
12:00 棚山ジャンダルム頂上  
13:20 登山口

### 〈山行報告〉

上級者3人(鈴木よ、館谷、山口)、初級者5人(吉田、小松、田中、紀藤、鈴木み)が参加した。  
天候は晴れ。バリエーションルートから岩登り地点へ到着し、  
館谷チーム(館谷、田中、紀藤)、山口チーム(山口、吉田、小松)、鈴木チーム(鈴木よ、鈴木み)の  
3チームに分かれた。  
事前に予習していたエイトノットでロープをハーネスに結びリードクライミングにて岩登り開始。  
上級者がリードを務め支点を確保しながら終了点まで登り、初級者がフォローで登る。  
リードのビレイ方法も教えていただいた。  
3回程度繰り返し、棚山ジャンダルムへ登頂。  
計画では瀬戸岩まで行く予定だったが、時間が押していたため下山開始した。  
途中、懸垂下降を実践。鈴木みは下降に苦手意識があるが、高度があまりなかったためか壁と体を  
垂直にして降りることができた。  
ロープワークとクライミング技術を覚え、通常登山では登ることのできない場所へ行けたのが嬉し  
かった。  
今後も技術を向上させ活動の幅を広げたい。

確認  
(リーダー)

鈴木よ

### 〈リーダー所見〉

初級アルパインということで、登り方はさておいて、アルパインの雰囲気を楽しめたのではないかと  
思う。ロープワークの基本の基本と、岩登りのシステムは理解してもらえた。  
本格的な岩登りにも興味を持って挑戦してくれると嬉しい。  
安全に終わられて良かった。

作成  
(報告者)



エイトノット



懸垂下降



ジャンダルム!?

