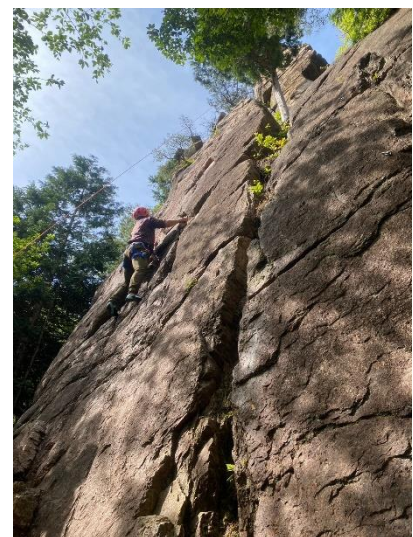


山行報告書

労山 クライミング委員会

報告者 小泉

山名	堡塁岩(六甲山)	山行名	例会	
ルート	堡塁岩の岩場			
山行日	2024年5月25日(土)	天候	晴	
参加者	青山大(やましな)、河合(やましな)、岩根(左京)、梅若(乙訓)、小泉(田辺)			
ルート概略図 	コースタイム			
	地名	時：分	地名	時：分
山行報告 2月に入会してから例会が中止や日程が合わず、やっと参加できた。初めてクライミングシューズを履きチャレンジするが全く歯が立たず全長20mの1/5程度しか登れない。あまりにもレベルが違い過ぎ、ずっと踏ん張っているので腕の力が無くなり落下すること3回。でもビレイヤーがいるので少し落下して止まる。突起が小さく足も手も余計な力が入ってしまう。クラックも利用して手首を入れて膨らませろと言われるが、そこを支点にして逆の腕を次の支点に目指すもクラック側の手首の力が入らず支点にならない。右の写真は唯一登れたルートだったが、それでも頂上まで行けず残り2mで腕力がなくなり断念。まだまだ先は長いと改めて思った。まずは、体重を減らそう(笑)				
ヒヤリハット なし				



青山さん