

5月鷹取山岩トレ

期日 2010年5月15日(土)

場所 鷹取山前浅間コノ字他

参加 金井 山本 山口 柴崎 杉本 石川

新入会員の岩トレをかねて基礎技術研修を行なった。

ロープ結び方、岩場登下降(バランス、三点支持)カラビナの架け替え、登攀、懸垂下降等



トップの登り方の確認



参加者 左から 山本 杉本 金井 柴崎 山口



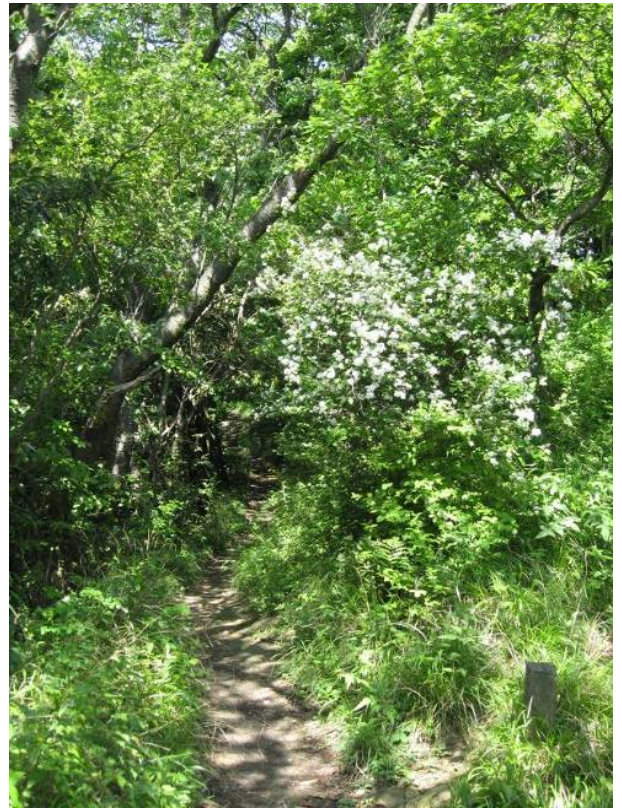
懸垂下降支点確認



カラビナ架け替え



懸垂下降 一応様になっています。



田浦から鷹取へ続く新緑の道

記録 石川