鷹取山新人トレーニング



前浅間(前浅orコの字)一番初めはここで。本日は貸切り状態。

日 時 2019年(令和元年)5月19日(日)

場 所 鷹取山

参加者 金井代表 福澤副代表 山本副代表 鳥切〇B 江川 恵美 新人(佐藤・山崎)

時 間 9時00分~16時00分

待望の若い男性が入会してくれた。

まず恒例の前浅間(コの字)でバランスの練習。ベルニナ山岳会の歌の文句で一番初めは鷹取の岩場でバランス稽古する。みんなここからはじまるのである。基礎的な3点指示の説明からホールド・スタンス・体を岩から離して・足でたてなどと、レエクチャーをしてから、ザイルをつけて親切・丁寧にやさしく教える。そしてトップロープで登下降をくりかえす。新人も楽しそうに、理解も早く、技術を吸収している。パワーもある。79歳のOBも来てくれて大勢で楽しい。大勢で来ると昼飯も楽しい。午後からは器具を付けての確保や下降の練習もやった。今後も、ぜひホームグランドである鷹取山に通い会員として、成長してほしいと思います。

福澤卓三























