

C-up ワールド

2003年11月号

2003年10月の山行記録

講習山行

小川山フリークライミング

10/11(土) - 12(日)

講習会のポイント

クライミングのマスター

参加者

横川秀樹 (本科)

新保司 (講師)

計2名

感想

初日は屋根岩2峰の「セレクション」へ。セレクションは6ピッチのマルチピッチルートで、小川山の中では初心者向きということもあり、人気が高いらしい。

幸いにして取り付いたのが一番早く、順番待ちすることなく1ピッチ目のスタートを切る。新保講師がリードしその後を続く形だが、初っ端から慣れないクラックということもあり、ここはキャメロットを一瞬つかむというズルをして乗り切ってしまう。

2P目は長いスラブ、3P目は、壁に挟まれたチムニー状を登る。4P目もさほど難しくない斜面を登り、いよいよ「セレクションのセレクションたる所以」と新保講師が言う5P目へ。

このピッチは、一旦数メートル左下の灌木へ降りてから、10メートルほど左へトラバース。その間、ホールドは全てアンダーリングで、見るからにイヤらしい。そして、トラバースの最後では、狭い岩の隙間に上半身をつっ込まなくてはならず、初めてだとかかなりビビるところだ。

最終6P目は、1P目と同じくクラック。これもちょっと難しい。ようやく全てを終えて、最後は

50mの懸垂下降。クライマー道を通り、取り付きへと戻って、今度は「コグレ大サーカス(5.10C)」にチャレンジする。このルートは、一見、序盤が核心部かと思えたが、実は中間部のスラブに右足で立ちこんで、左上の小さなフレークを取るのが最大の難所。イヤハヤ大変だった。

二日目は、前夜からの雨の影響が最も少ないと予想された親指岩の「小川山レイバック(5.9)」へ。

クラックの中はじつと濡れていたが、新保講師はそんなことにお構いなくさっさとリード。トップロープがセットされたところで、私も登ろうとするが、クラックが苦手なのか、それとも濡れて滑るせいか、全然カラダが上へ行かない。レイバックでもジャミングでもどうにもならず、最後はステミングで少しずつ這い上がっていく。1回目はおそらく30~40分もかかったのではないだろうか・・・ほとんど半泣き状態でどうにか終了点へ辿り着いた。

しかし、その後一旦休み、他のパーティーの登りを見てからの再登は、我ながらあつけないほどスムーズに登れてしまう。多分、最初は濡れていたせいだったんだなと一人納得。そして、3回目はキャメロット(カムデバイス)をセットしながら、4回目は実際にリード、といっても万一を考えてトップロープの補助付きでのトライだ。

カムを使う際のポイントとしては、

- ①あらかじめ、使う順番通りギアクラックにセット。
 - ②カムのセット後、クリップまでを素早くする。
- ということだと思う。私は、コワイ箇所では、思わずセットしたカムのスリング部分をつかんだまま、ロープをクリップしたが、これは、スポーツクライミングのルールからすればちゃんと登ったことにはならないので、その点は次回以降の課題となった。

この日は、結局、同一ルートを4回登ったが、登れば登るほど安定して登れるようになるということを実感した1日でもあった。

報告者 横川 秀樹



自主山行 丹沢・水無川流域モミソ沢 10/13(月)

参加者

末木俊之、南谷やすえ、久野真由美 (S L)、
佐々木恵子 (L)

計4名

コース・行程の概略

朝8:30 大倉バス停集合
林道を歩いてモミソ沢に向かう。
10時ころ、モミソ沢出合から遡行開始。
13:10 大倉尾根に上がる。
15時過ぎ 大倉尾根を下り、大倉バス停に帰還。

コースの核心・ポイント

今期沢登りのまとめ
大棚を登るのか？巻くか？

感想

朝は雨が降ったり、晴れ間も見えたりはつきしない天候でした。昨晚から丹沢は雨が降っていた模様。林道を1時間ほど歩いてモミソ沢に向かう途中、次第に風が強くなってきていました。(沢内は無風)

去年遡行した、新茅ノ沢出合付近から林道を外れ、下り、2年前、アイゼンと手袋を付けて登った懐かしいモミソ懸垂岩のある河原に到着。懸垂岩左、影に目立たぬようにチョロチョロと流れる小川を発見。これがモミソ沢でした。まずリーダーが先頭に立ち、暗い出合から遡行開始。暫くしたら水流が消えました。あとは大棚の上まで水流は全く無しでした。

大棚までは、5、6m程度の3級の子滝、狭いゴルジュなどが次々に出現。チムニーのような狭いゴルジュでは、靴が挟まり抜けなくなったりもしました。そういうゴルジュも水流が無いので楽しいものです。5、6mの滝ともなるとちょっと高度感もあり、滝上テラスへの上がり口で、トラバース気味に横移動して上がるような子滝も2箇所ほどあり、ス

リルがあります。その辺りは万が一にも、滑って落ちたくない箇所です。5月に落ちたナメ滝もまさか落ちるとは思っていませんでしたが、... (なんかのタイミングで落ちちゃう時もあるでしょうから怖い)

メンバーが交代で先頭に立ち、次々に子滝、ゴルジュを越えていきました。どうやらみなさん、ガンガン沢講習に参加して鍛えられているようで頼もしいです。私は、今年あまり沢に行っていないので、滝が連続するような沢の自主も始めてなので、ちょい緊張気味の山行でした。

そんな調子で最後の大棚までは、スムーズに進みました。天気はかなり雲が厚く、暗くなってきました。さて、最後の大棚(12m)は... 4級の滝ね~、ウーンと唸って、下から観察している間に、Mさんが滝右岸を巻いて登って、滝上でビレイをセットしてザイルを降ろしてくれました。(1人でビレイをセットする練習をしたかったということですね!)

ということで、滝上からビレイしてもらって登ることになりました。先頭はKさん。私が2番目。Kさんはスムーズに登ってましたが、2番手の私は、滝途中でいいホールドがなくちょっと手詰まり。で、枯葉を除けていいホールドを捜していたら... 出ました! 『コウガイヒル』ですか? 体の両サイドがオレンジの20cmはあるでっかいヒルです。(昨日から丹沢は雨模様のせいか、今回はヒルだの、カエルだのよく遭遇しました。)

最後の滝の登り口の被った箇所を残置シュリングを引いてA0で登って(ちょっと情けない)大棚クリアでした。

全員大棚を登り終えた頃から、雨が本降りになってきたようです。20分くらい、最後の尾根への急斜面を登り切ると、大倉尾根自体が沢のようになってきつつある状態でした。尾根の登山道がそのまま川です。泥流といっしょの下山でしたが、大倉に下山した頃には雨も上がって晴れ間が見えてました。

下界は台風並みの暴風雨だったそうです。沢内、大倉尾根上では風はほとんど感じませんでしたし、モミソ沢内では、水流もなく、当然増水にも見舞われず無事下山できました。もうちょっと行動が遅れていたら、モミソ沢内でも水が来たのでしょうか? 水流があつたらゴルジュなど登るのほとんど無理だったはず。報告者 末木 俊之

講習山行
岳嶺岩・レスキューとA1
10/18(土)

参加者

新保司 (講師)
横川秀樹 (本科)

計2名

講習会のポイント

吊り上げシステムの確認と、フィフィの使い方

報告

この日は、越沢バットレスのマルチピッチクライミングの予定だったが、早朝の雨で、岳嶺岩での「レスキュー&A1(アブミ)」に変更となった。

まず最初は、基本の確認ということで、支点の構築の復習とその発展型を学ぶ。私が初めてやった方法としては、一本のスリングの真ん中付近でインクノットを作り、そこに安全環付きカラビナをかけるというやり方の固定分散。これだと、長さの調整がやり易いという利点がある。

また、メインザイルでラビットノットを作り、支点を構築するというやり方も教わった。

レスキューでは、吊り上げシステムを学ぶ。今回やったのは2分の1、3分の1、7分の1の三通り。いずれもマッシャー結び用に芯抜き8mm スリングを使った。6mm では強度的に不可ということだ。最初は、6mm でもよいのではないかと思ったが、よく考えてみると、吊り上げにおいてはマッシャーがシステムの肝となっている。だから十分な強度が求められるわけだ。

A1では、これまで本科で学んできたことと大きな違いはないが、新保講師のアブミ講習では、フィフィを効率的に使い、だいたい次のような手順でやることを教えられた。

- ①アブミをリングボルトに掛ける。
このときアブミを持つ手は必ずリストループに通していること。
- ②4段目(最下段)、3段目と登る。
- ③フィフィを、掛けられるところに掛ける。
(リストループなどに掛けることになる)
- ④下のアブミを回収。このとき頭は下向きにし、リストループに手を通し回収。

- ⑤回収後、アブミの2段目に登る。
- ⑥フィフィをさらに上に掛け直す。
(リングかカラビナに掛けることになる)

以下、繰り返したが、フィフィを2度掛け直すことで、ほとんど腕力の消耗をせず、リングボルトにもなるべく下向きの力をかけることで、抜ける方向への力を極力抑えようとしている。

上記のように文字で書くと、まわりくどく感じられるが、実際に慣れるとかなりスムーズに出来るのではないかと思う。

越沢バットレスが中止になったのはとても残念だったが、11月の救助訓練講習を前によい予行演習となったように思う。

報告者 横川 秀樹

△△△△△△△△△△△△△△

特別寄稿

『長谷川カップ報告』

先月25(土)~26(日)で都岳連主催の「長谷川恒男カップ日本山岳耐久レース(71.5km)」が開催されました。

無名山塾からは、同人の松本善行さん、本科22期の横川秀樹さん、シニアの水上宏一郎さんが参加し、みごと全員が完走しました。記録は松本さんが13時間7分で121位、水上さんが14時間9分で158位、横川さんが16時間20分で330位でした。(1470人出走、1102人完走)

今月号のシーアップワールドでは、松本さんと横川さんのお二人から長谷川カップについての報告を頂きましたので、特別寄稿として掲載します

「長谷川カップに参加して」

横川秀樹

空がうっすらと明るくなってきた。朝5時。スタートの号砲が鳴ってから16時間が経過した。私

の前に行く女性も、上体が大きく右へ傾いている。片足を痛めているようで、一歩ごとにうめき声とも叫び声ともつかぬ悲痛な声を上げている。苦しいのは自分だけではなかった。みんな苦しく、みんなどこかしら痛めている。誰もが極限状態の中だ。

ゴールはどこだろう……。もうすぐか……。

最後の力を振り絞る。係の人が曲がり角に立っている。きっともうすぐだ。何人かの人が座って待ち構えているのが見えてきた。拍手で迎えてくれている。

ここがゴールか……。終わったんだ……。これで走らなくていいんだ……。

用意された椅子に倒れこむように座り、目の前が汗と涙で霞んでいった。

なぜ長谷川カップに出ようと思ったのだろうか。それは確か、同人の松本さんから話を聞いたのが最初のきっかけだったと思う。そして、今年の春頃から何となく10月の本番を意識しはじめ、6月恒例のカモシカ山行でも71.5kmという長丁場の同ルートに挑戦したりもしたのだった。このときは疲労のため途中で下山してしまったが、7月末の剣岳早月尾根を松本さんと登っているとき、最終的に参加を決意したのだった。

それ以降、充分ではなかったけれど、それなりのトレーニングを続けて、いよいよ迎えたレース当日。朝8時過ぎ、五日市の小峰公園付近の駐車場に到着。1時間ほど仮眠を取ってからテーピングを開始。これまでの練習で、痙攣や痛みがどこに起きやすいかが分かっている。キネシオテープをその部分（ふくらはぎ、ヒザ、腿、腿の裏、足の付け根）に貼ると、ほぼ足全体がテープに覆われていく。さらに、その上からタイツ（CW-X）をはいて、準備完了。長距離の前は炭水化物を多めに摂取する（グリコーゲン・ローディング）のが良いと言われているので、一緒に来てくれた妻が、讃岐うどんの大盛を作ってくれる。

ザックの中身は、エネルゲン（スポーツドリンク）2.5L、非常用に水 300ml、カップ、防寒着、ロールペーパー、貴重品。ウエストポーチには、ゼリー飲料（カロリーメイト・ゼリーやアミノバイタル・ゼリーなど）を4つ、チクワ、チョコレート、ヘッドランプ、地図などを入れる。

受付の市民会館まで、ウォーミングアップがてら

歩いていく。荷物チェックを受け、受付を済ませ、準備運動をしていると、松本さんや水上さんにも出会い、二言三言、言葉を交わした。

スタートは13時。自己申告のタイム順にスタート位置に並んでいると、応援こきしてくれた山塾本科生の佐々木さんの姿が見えた。そして、いよいよ号砲とともにレースの火蓋が切って落とされた。最初はほとんどの人が走る。車道を横断するところでは警察が車を止めてくれていた。今熊神社まではなるべく走り続けるが、上り道で走るのはちょっと辛く、そういうところでは歩きのスピードになる。だが、5kmのラップ（今熊神社過ぎ）は30分を切るまずまずのペースだった。

しかし、ここからが山道の始まりだ。上りでは歩き、下りと平坦地では走る。ほぼ全員がそういったペースだ。1400人以上が出場しているため、人の列がほぼ隙間なく一列につながっていて、追い抜いたりするのはなかなか難しい。

第一関門手前で薄暗くなってくる。早めにヘッドランプを点ける。第一関門の浅間峠（22.7km 地点）を4時間13分で通過。自分で順位は分からないが（347位通過だった）、まずまずのペースだと思った。ヒザの具合も悪くない。ここで初めての休憩を取る。といっても座るスペースは全て埋まっているので、立ったままでストックの準備をする。浅間峠からストックの使用が許可されるのだ。5分ほど立ち止まっただろうか。少し食料を補給しすぐに出発する。

次の目標は、このレースの最高地点でもある三頭山（1527m）だ。距離にして16kmほど。ちょうど全体の半分ぐらいの地点になる。そこまで行けば、あとは何とかなるだろうと思っている。

しかし、そこまでが長い。途中、標識のないところでは、笛吹バス停への道に間違っ入りそうになったりしながら、何とか西原峠までたどり着き、そこで草の上に座り込んでしまう。ゼリー飲料を飲み、チクワを食べて何とか立ち上がる。ここから三頭山山頂までは上りがさらにきつくなる。我慢のしどころだ……。ところが、山頂まであと少しという避難小屋付近で、左ヒザ外側がチクリと痛む。これまで痛めやすかったのは右ヒザだったのだが、この日は反対側がおかしくなってしまった。小屋のベンチに座り、右ヒザに着けていたサポーターを左に付け直す。完走に早くも黄信号が灯ったが、とりあえず先を急ぐしかない。三頭山山頂では、係の人が拍手

で迎えてくれる。ここに限らず、ポイントごとに係の人がいて、その拍手や声援がものすごい励みになる。

山頂では多くの人が休んでいたが、ここはすぐに通過。鞆口峠へと下るが、ここは思った以上に長い。しかも急な下りのため、痛めた左ヒザことごとく辛くも辛い区間となった。このあとは、風張峠、月夜見山を経て第二関門の月夜見駐車場(42km 地点)に到着。足の状態からして、登りも下りも平坦地も走ることができない状態なので、かなりペースダウンした感は否めない。(9時間17分、362位で通過だった)ここでは1.5Lの飲料水又はエネルギーゲンを補給してくれるが、私は1Lのエネルギーゲンを0.5Lの水で薄めてもらい、一休みする。

この先の辛い上りとしては御前山(1405m)と大岳山(1266m)を残すのみだが、まだ先は長い。特に、御前山から大岳山への区間がとても長く感じた。しかし、大岳山を過ぎれば後は気力のみ。急な下りでは、横向きに降りて少しでも左ヒザへの負担を軽くする。ここまで来たら、ヒザが壊れてもゴールしてやるという気になっていた。

第三関門の御岳山長尾平(58km 地点)を14時間1分(352位)で通過。あとは日の出山への登りはあるものの、ほとんどはだらだらした下りだ。ここで完走を確信し、最後の力を振り絞れば16時間を切ることも可能かも・・・そう考え、左足を引きずるような感じでスピードをアップさせる。

10km 続く金毘羅尾根の下りでは、何人か抜かしたので、順位は少しあがっただろう、そんなことを考えながら、最後の急な下りを終えて街の中に飛び出す。そして、ゴール。思いがけず涙があふれそうになってしまった。記録は、16時間20分23秒で330位。30代男子の部では450人中97位だった。15時間台とはいかなかったが、目標としていた18時間を上回る記録だった。

途中は何度も、『どこで棄権しようか』とか『棄権の理由は何と説明しようか』などという弱気な考えが頭に浮かんできたが、山塾本科生の皆さんの顔を思い浮かべたり、ゴール後のビールの味を想像したりしながら、何とか完走することができた。

レースからしばらくたった今、改めて考えてみると、本当にゴールできて良かったという気持ちがある一方で、ヒザの調子がよければもっと良い記録が出たかもしれないという欲も出てきた。

40歳になって迎える来年の大会も、再度チャレンジすることになるだろう。そのときは、山塾で3人チームを組んで、是非、団体戦にも参戦したいと考えている。

応援していただいた皆さん、どうもありがとうございました。この場をお借りして御礼申し上げます。

「レースなんて興味なかった」

(市毛良枝著「山なんて嫌いだった」にちなんで)
←ウソ。また読んでません^_^;

松本善行

実際、山でレースなんて全く興味なかった。もともと持久走は大の苦手。学生時代はサッカーをやっていたが、基本である持久力がないからボールについていけず、途中レギュラーの座も落とすはめに・・・。なんて人生挫折自慢をしていたらきりがないので止めておく。

山はその点スポーツではないから情緒を味わうことに専念でき、縦走における下山後の達成感とか充実感もそれだけで十分満足できた。しかし長い縦走にも慣れてくると、果たして自分ほどのくらい歩けるのか?という興味じみた何か目安となる結果を求めたくなってくる。

ある時、ふとヤマケイを見ていると、東武線主催「外秩父七峰縦走ハイキング大会(40.5km)」(※現在42.195km)という募集記事が目にとまった。中でも「レースではない」というのに惹かれた。長距離縦走にはある程度自信を持ってはいたが、一日で40.2kmというのは自分にとっては未知の距離。当初膝痛もあって、「途中で棄権するかも?」と不安を抱きながらも己を実験するべく奮起して出場。そして完歩達成。「いやー、やれば出来るもんだな」などと内心満足していた。そしてその翌年・・・やっぱり出た。

数年後、テレビの特番で「日本山岳耐久レース(24時間以内)のすべて」という番組名かは忘れたが放映していた。第1回ということもあって出場選手には、あの小西浩文や大宮求などが名を連ね、内容もドラマチックに演出されていた(今も録画したビデオが残っている)。「スゲー〜、71.5kmかよ。俺なんか絶対無理だな」という心とは裏腹に、

「そのうちやってやる！」という気が湧き起こるのも自覚していた。

71.5kmというまたしても未知の距離に対し、出る出ないの葛藤が続いた後、ようやく第4回大会の時応募、と思いきや定員オーバーで撥ねられ、結局第7回で初出場。「やっぱり！」予想通り膝にきた。レース半分はびっこを引きながらの辛い展開。しかしリタイヤは全く考えられなかった。頭の中には“完走”の一文字のみ。結果20時間3分。「やった。完走だ！」暫し完走の喜びに浸るが、「もし膝が痛まなかったらどのくらいの記録だった？」頭の中では既に記録への挑戦となっていて、「来年こそは！」と思うのであった。

膝対策が課題で二週間程度のトレーニングを実践し、迎えた第8回大会では功を奏し、約4時間半短縮の15時間31分。自分の体力ではいくらトレーニングを積んだとしても所詮は17時間台がやっとならうと決め付けていただけに嬉しかった。しかし内容はというと、後半膝は痛まなかったもののスタミナ切れで大幅なペースダウン。「ならばスタミナ切れしなかったらどのくらいの記録だった？」課題は尽きない。翌第9回大会は膝対策を怠り、第一関門（浅間峠）手前から痛み出す。この先の長丁場に完走は可能としても自己ベスト更新は望めない。途端に完走意欲を失い、第二関門（約42km地点）にて棄権。「やはり膝がネックなんだ。それだけは絶対に押さえておかないと。そして前半は前へ出たい気持ちを抑え、我慢我慢のスローペースで後半のスパートに賭けよう」と挑んだ第10回大会は思惑通りの展開となり、第三関門から好調のラストスパート。一人も抜かれることなく、14時間00分でゴール。「13時間台は見えた。前半のスローペースをもう少しアップすれば12時間台も可能か？」。晴れて時既に遅く、ここに長谷川杯オタクとなっている自分がいた。

さて、今回第11回大会は過去最多の出走者数（1,470名）となり、ハイレベルの争いとなった。事前の走り込みで左足の甲を痛めてはいたが、我慢できる範囲内で、レース中はさほど気にする程ではなかった。ところが、レースも中盤を過ぎた50km付近から左足の膝に痛みが走り出した。「まさか！」予想外のトラブルに動揺。時計を見る。まだ自己記録更新は可能。「ふざけんなよ。こんなところで」。祈るような気持ちに反し、膝の痛みが決定

的になってきた。もう足の甲の痛みどころではない。ペースが落ちる。時間が気になる。ようやく第三関門（56km地点）通過！「ここから二時間かかったとして・・・まだ行ける」。疲労で鈍った思考力を働かせる。時間との勝負。いや、そうではなく己との勝負。ランニングの体制を維持しようとするが、どうしても歩きになってしまう。「まだか？」武蔵五日市の夜景が見え始めるも“あと5km”の案内幕がなかなか出てこない。「おかしいな？」（後に主催者側の設置位置のミスで実際は2km弱の位置と判明）。突然舗装路に出た。コースが若干変更になっていて拍子抜けした感じだったが、もうゴールは目前だ。スタートから13時間を回った。車道を猛然と走る。苦痛で顔が歪む。そして・・・結果は13時間7分。

去年は光って見えた“13”という数字を手中にした今、自分の中では既に色あせたような、ただの平凡な記録になってしまった。なぜなら“12”またその先の“11”という数字がピカピカ光って頭の中を巡るからである。

△△△△△△△△△△△△△△△△

投稿

C-UPコラム『新人クライマーのひとりごと』

第12回

発表！ 2003山塾講習ベスト10

去年の12月号から始まったこのコラムも早いもので今月号で12回目の連載を迎えました。12回といえば1年です。自画自賛っぽくて恐縮ですが、我ながらよく続いたなあという感じです。

ここで、読み逃した方のために、全タイトルを振り返ってみると、

第1回(02年12月) 山とパソコン

第2回(03年1月) 山塾って何？

第3回(03年2月) スノーシューとワカン

※第4回(03年3月) 安達太良でワシラも考えた！

第5回(03年4月) 本科生のオススメ本なのだ！

第6回(03年5月) まだエイト環？ 現代確保

C-up ワールド 2003年11月号

器事情なのだ！

第7回(03年6月) 本科生のオススメ本第二弾
なのだ！

第8回(03年7月) クライミング上達への道

第9回(03年8月) 究極の登攀???

第10回(03年9月) 山のトラブル対処法 その
ぎ

第11回(03年10月) 長谷川カップへの道

第12回(03年11月) 決定2003 山塾講習ベスト10

(※第4回のみ、sanjc22MLにて発表)

どーでもいい内容のものあり、それなりに中味のあるものあり(?)、また、本科生の仲間からお手伝いして頂いたものなどイロイロでした。

で、今回もまた、どーでもいい内容となりましたが、でもですねえ・・・これは、ちょっと興味深いですよ。実は、今回のテーマは結構オモシロイのではないかと久々の自信作なのです、ハイ。

前置きが長くなってしまいました。2003年の無名山塾の講習ベスト10、いよいよ発表です。

でも、講習のベスト10って一体ナニ？

と思われた方もいるでしょう。そう、実は、今回ランキングを発表するのは、参加者の数が多いベスト10です。参加者の数が多ければ良いというものではありませんが、ここからあるものが見えてきますよ〜！

では、第10位から発表です！！

(対象は2002年12月から2003年11月中旬までの基本ステップ及びトレーニングメニュー。一部例外あり。日和田の岩トシは対象外。講師・同人・本科生・ゲストを含んだ全参加者数でランキング)

-
- 10位 ラッセル技術を学ぶ会
／上越・白毛門山(2月) 18人
- 9位 A1クライミングを学ぶ会
／奥多摩・岳嶺岩(6月) 18人
- 8位 ピッケル&アイゼンワークを学ぶ会
／富士山5合目(12月) 23人
- 7位 救助訓練／丹沢・前大沢(11月) 25人
- 6位 夏山サバイバル訓練
／奥多摩・岳嶺岩(7月) 26人
- 5位 雪洞泊体験
／谷川岳・天神尾根(3月) 31人

- 4位 月例山行 雪山と山スキー
／安達太良山(3月) 32人
- 2位 雪山サバイバル訓練
／谷川岳・湯檜曾川(4月) 33人
- 2位 ピッケルとアイゼンワークを学ぶ会
／谷川岳・芝倉沢(4月) 33人
- 1位 ポッカ訓練／丹沢大倉尾根(12月) 43人
-

この結果をご覧になって、どんな感想を持たれましたか。全部出ている人もいれば、半分ぐらい出た人や、少しだけ出たという人など、いろいろいらっしやるかと思います。

このランキングをよく見てみると「雪山のための基本訓練」という色合いの強いメニューが半数を越えています。また、救助や夏山サバイバルは、安全安心登山にとって必要不可欠の技術ですし、A1も重要なテクニックだと多くの本科生から認識されているようです。

4位の月例山行(安達太良山)については、基本ステップではないので本来は対象外でしたが、本科生の多くが参加したこともあり、ランクに入れました。歩き隊が18人で山スキー隊が14人の計32人の参加。ゲストの黒川さんが写真入りの素晴らしい山行記録を作ってくれてビックリさせられましたね。

ともあれ、このランキングを眺めているだけで、この1年のことが思い出されてきます。

さて、参考までに11位以下を紹介しましょう。

-
- 11位 カモシカ山行／奥多摩(6月) 17人
- 11位 月例山行・わらじ納め
／丹沢・水無川流域(11月) 17人
- 13位 ラッセルワークを学ぶ会
／上越・タカマタギ(2月) 16人
- 13位 沢登りを楽しむ会
／奥多摩・逆川(6月) 16人
-

最後に、これも特別の行事なのでランク外としましたが、5月恒例のチェアキャンプには、ゲストを含めて63人が参加したことも記しておくべきでしょう。。

さて、今月末にはランキング第一位だったポッカ訓練があります。今年も、一体何人が参加するので

しょうか。そして、700kg の荷物を、無事、尊仏山荘に届けることができるのでしょうか。

あなたは何kgに挑戦しますか？

(秀)

編集局から

11月号は、ここ1年で最多の、8ページになりました。長谷川カップの寄稿が輝いています。3名の方が参加され、全員完走とのこと。おめでとうございます。アップ・タウンのある山道を70kmも走る(歩く)なんてかなり辛そうです。私では、3時間も走ればエネルギー切れのガス欠になりそうです。ハイキング程度の装備を入れた重量のザックを背負って走らねばならないようですし、本当大変ですね。

またフリークライミング講習、岩場でのレスキュー訓練の報告も頂きありがとうございました。次、12月号も南アルプスでの集中山行報告などで多ページになりそうな気配です。原稿よろしく願いいたします。

アドレス

無名山塾

<http://www.sanjc.com>

Phone 03-3941-3481

Fax 03-3941-3482