

雪上トレーニング記録(伊吹山)

2018年2月18日(日) 伊吹山四合目付近

メンバー:MT(L)、AS(SL)、SM、KO、RM

高橋駐車場7:27→三宮神社登山口7:57→四合目付近練習場9:49→
天場造り10:00～10:25→弱層テスト～10:38→滑落停止訓練～11:38→昼食～12:23→支点の作り方
～13:00→ハンマストによる下降訓練～13:42→埋没者探査訓練～14:05

- ・天場造り――久しぶりにスコップを握り楽しく雪を崩して、斜面を平に4天が張れるスペースを作りました。
- ・弱層テスト――雪の柱(50cm×50cm×70cm程度)を作り、上からスコップをおいて手で叩き、斜面の雪が崩れないか確認する。
- ・滑落停止訓練――斜面で滑落、ピッケルを雪面に差し停止訓練をした。(初期に止まらないと難しい)
- ・支点の作り方――ピッケルを垂直に埋め、足で踏み下降の重みで抜けないようにする
- ・ハンマストによる下降訓練――ロープワークの確認とハンマストで下降訓練をした。
- ・埋没者探査訓練――ビーコンの操作確認と電波の届く範囲を確認して、捜索方法の実践をした。



天場造り



弱層テスト



滑落停止



支点の確認とザイルの出し方



ハンマストによる下降訓練



ビーコンによる探査



ゾンデ棒による探査