2019年5月8日
かがりび山の会　山行部

岩場の登下降とトラバース

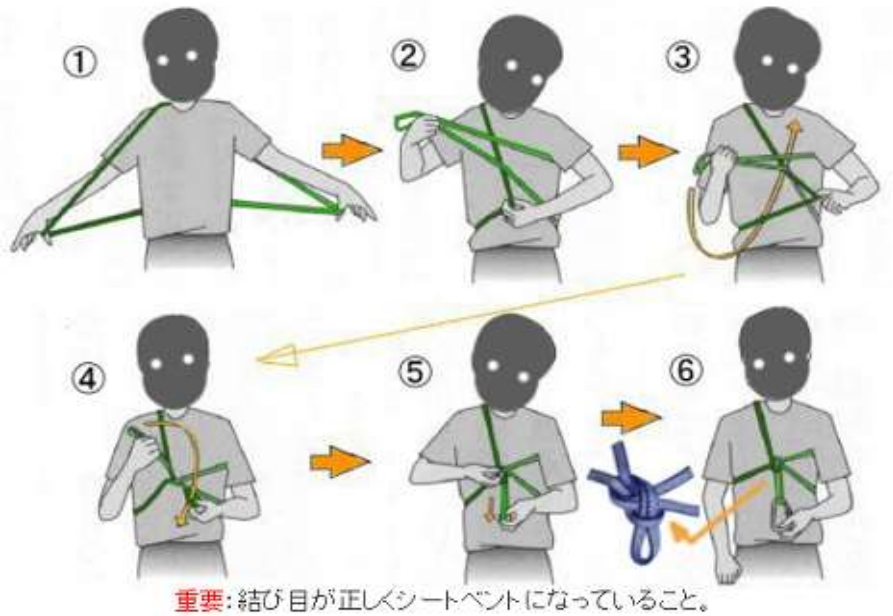
(1) ロープワーク

①7点セット（補助ロープを除いたセットを6点セットと呼ぶ）

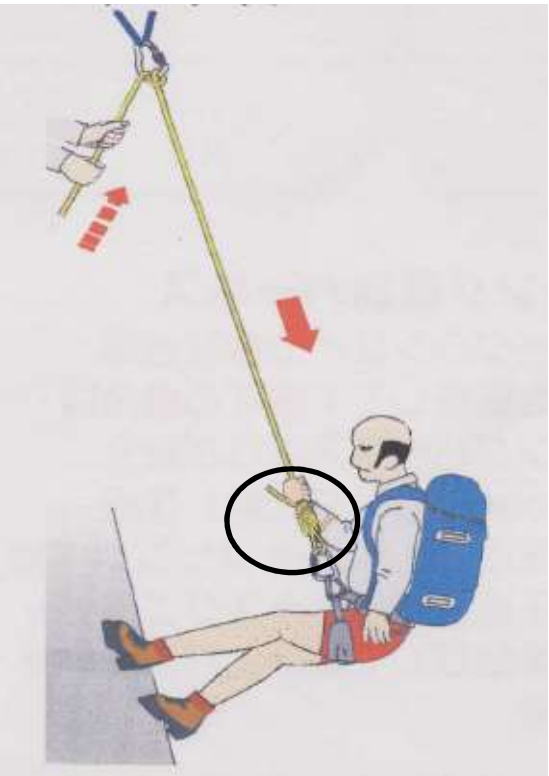
7点セットの用途

補助ロープ	確保用
スリング120CM	簡易ハーネス
スリング60CM	巻き結び、フィックスロープでの確保
安全環付カラビナ	ハーネスに取付、支点に取付
カラビナ	スリングとロープの接続

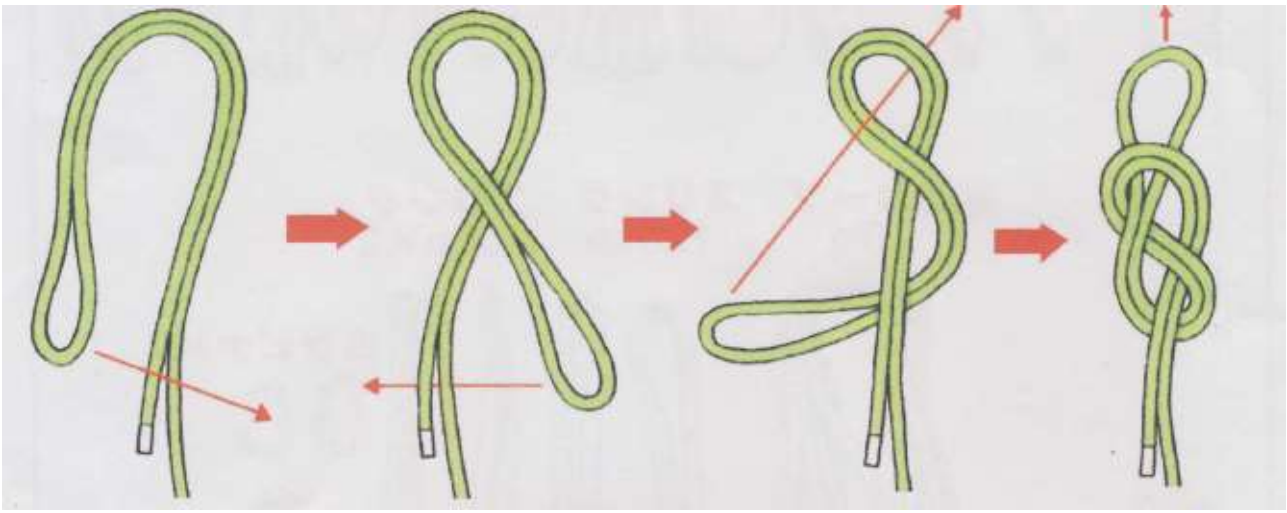
②簡易ハーネスをつくる
120cmのスリング

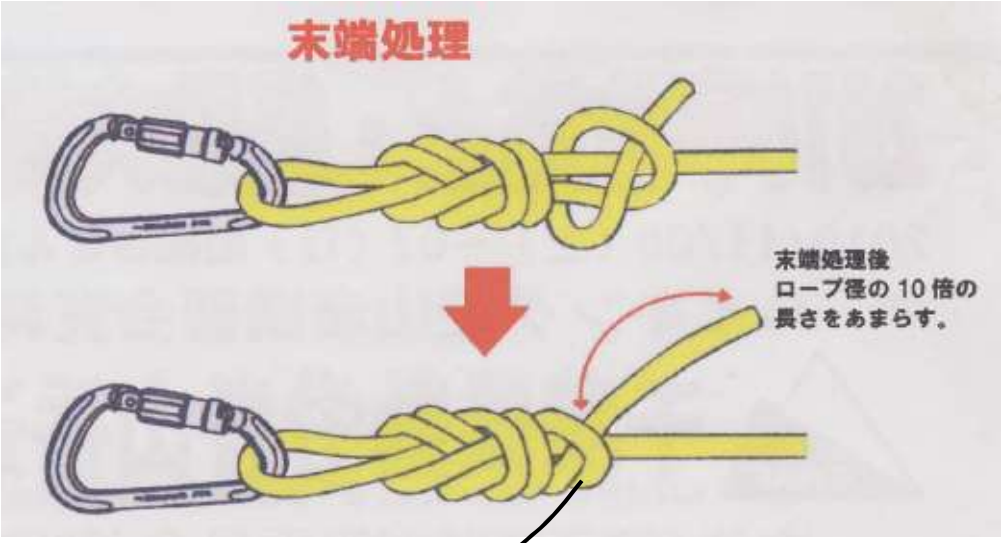


③エイトノット
用途
自己確保

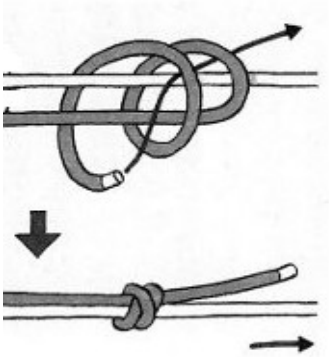


結び方





2重にしたほうがよい



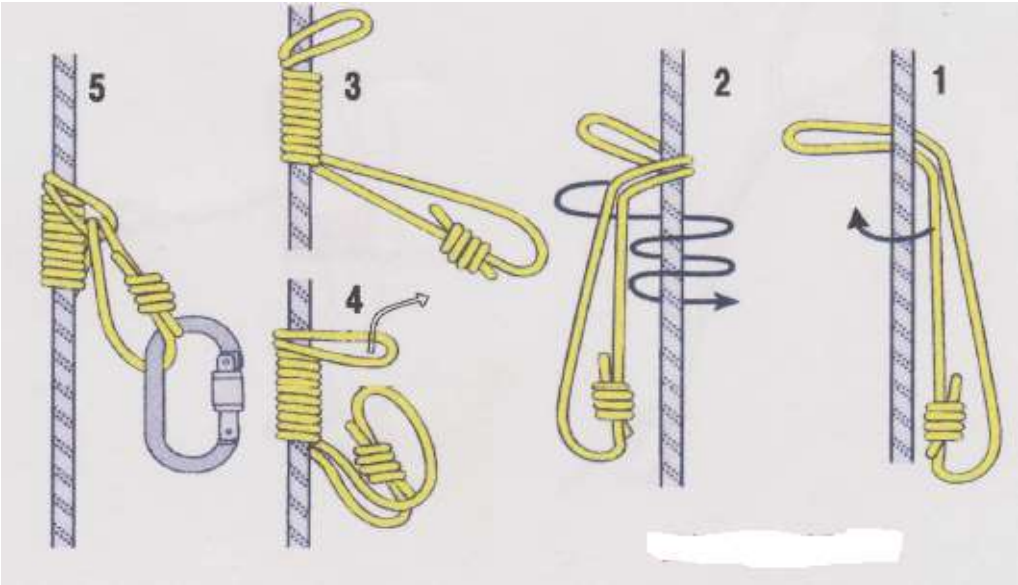
④フリクションノット(巻き結び)

用途

固定ロープの滑り止め

結び方

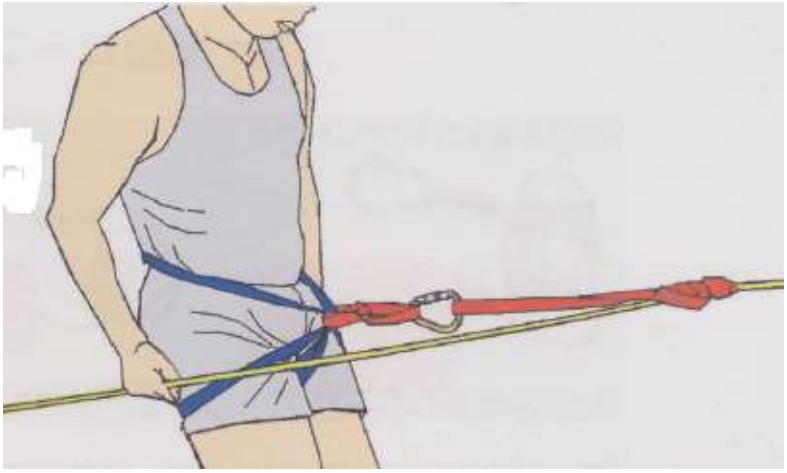
60cmのスリングを使用



(2) 傾斜の緩い岩場の下降

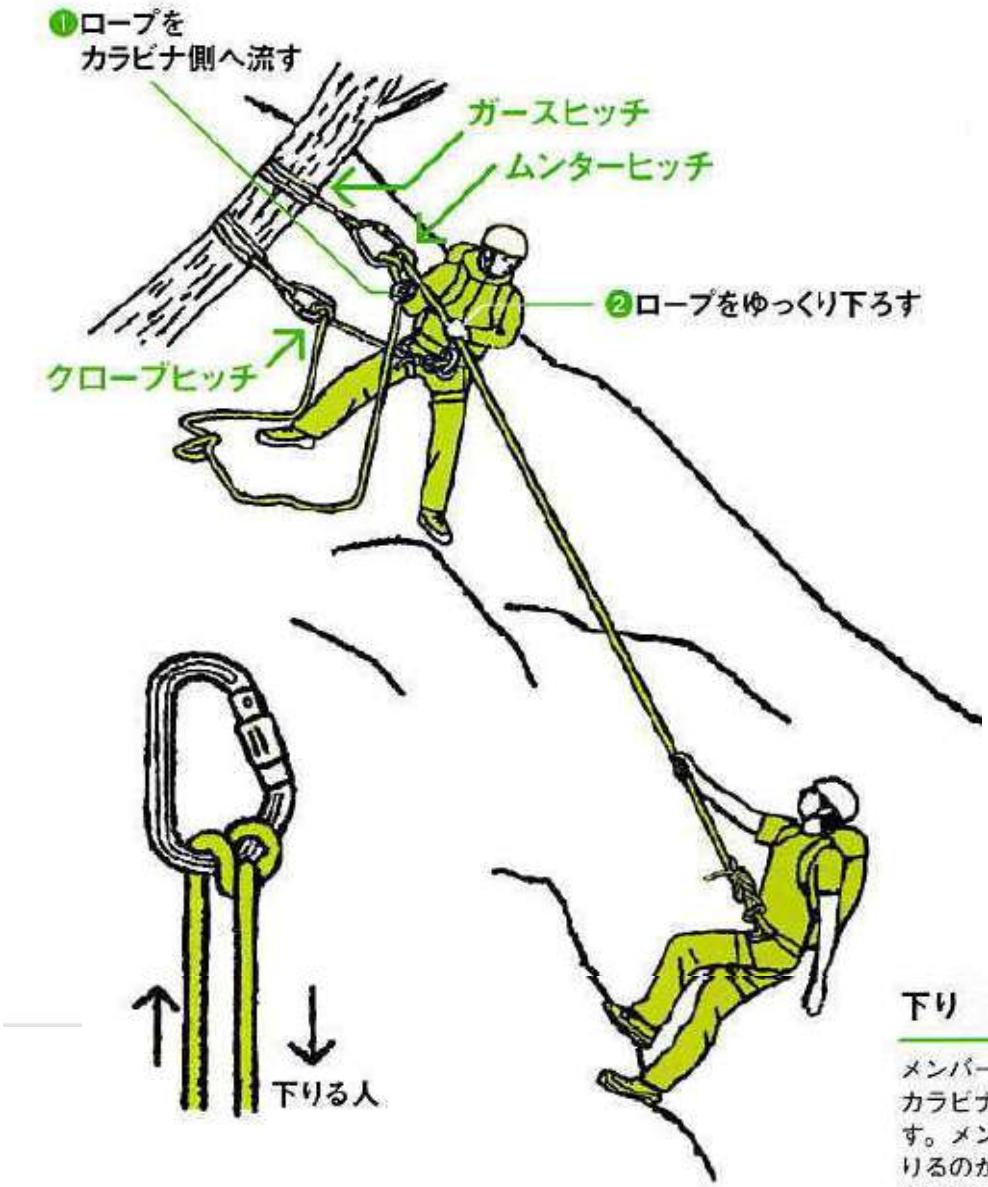
①体に巻いての下降

②フリクションノット(巻き結び)での下降



(3) 傾斜のきつい岩場の登下降

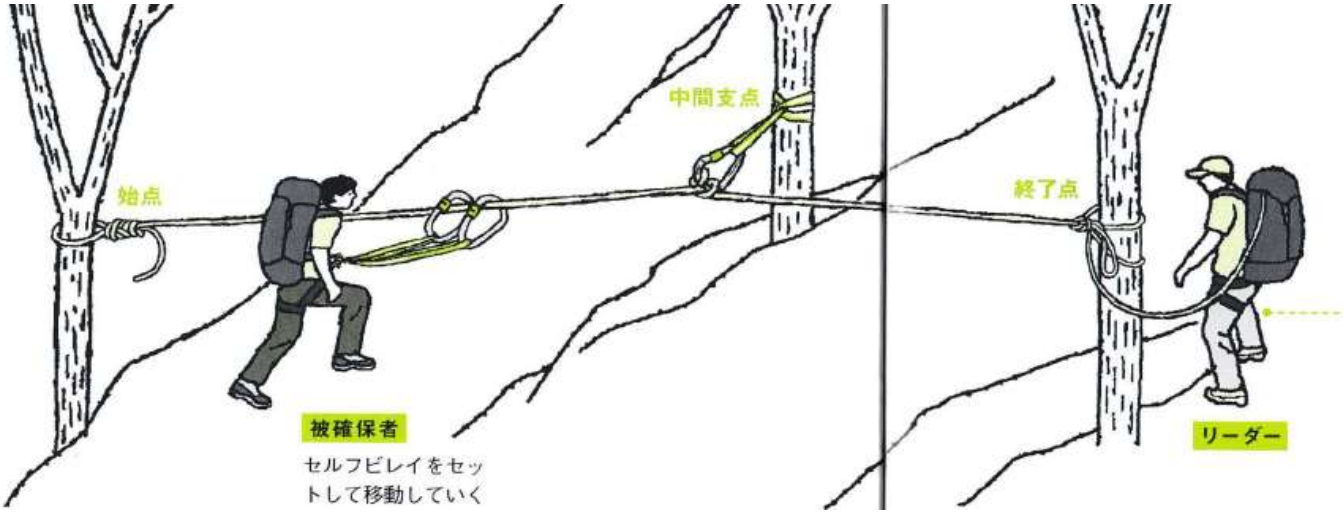
確保者による下降



下り

メンバーの動きに合わせて、ロープをカラビナに送り込むように少しずつ出す。メンバーは手足を使って自力で下りるのが基本だが、不安ならロープに体重をかけてしまったほうが迅速に下りられる

(4) 急斜面のトラバース

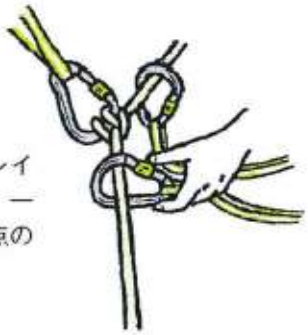


中間支点の通過方法

1

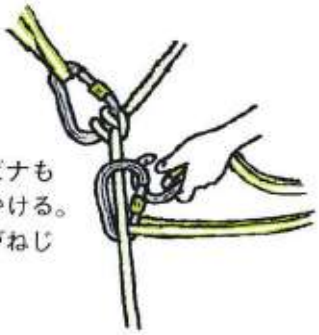
中間支点にセルフビレイのカラビナがかかって進めないのでかけ替えを行なう

2



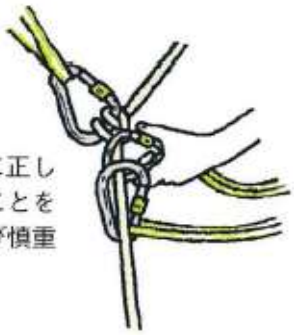
2つあるセルフビレイのカラビナのうち、一方を外し、中間支点の先へかける

3



もう一方のカラビナも中間支点の先へかける。二つのスリングがねじれないよう注意

4



2つともロープに正しくかかっていることを確認し、ふたたび慎重に先へ進む