

## 岩登り講習会 報告

土井 祐之

期 日：令和6年7月28日（日）

場 所：大迫体育館（北上市展勝地陣ヶ岡の予定  
でしたが雨天のために変更）

参加者：26名（講師（指導部）6名、コーチ3名、  
検定2名、会員13名、一般2名）

### 講習内容

- ・8ノットの正しい結び方
- ・ロープワーク
- ・トップロープでのビレーの仕方
- ・ロードでのビレーの仕方
- ・懸垂下降（バックアップあり、無し）
- ・マルチピッチのシステム（中、上級）
- ・外岩を想定した結び変え、結びなおし（中、上級）
- ・自己脱出（中、上級）

### 感想

今年度も北上市展勝地陣ヶ岡で実施する予定だったが、前日から雨天だったために大迫体育館で実施した。

今回は26名の参加で検定、上級、中級、初級の4グループに分かれ実施した。講習内容は上記の通りでした。

どのグループも熱心に取り組み大変充実した講習会となりました。

