

豊浦町大岸海岸岩訓練

* 6月5日(土) 晴れ☉

* 参加者・・・小山内 渡邊 宇佐美 武川 澤田 長沼 水江 成田 八重樫 笹山 宇田 内山

* 7:00 伊達道の駅集合 8:30 訓練開始

* “大岸ロッククライミング岩場”にて…

①セルフビレー&支点結び②トプロープによるクライミング

③昼食後懸垂下降

* 14:00 解散



今回は初の豊浦会場での訓練となりましたが、見事な青い海と空に恵まれ実りある1日となりました。

これからの季節 沢登りで必須となる懸垂下降...身体に染み込ませたいですね！！

皆様この会場のチョイス素晴らしいとのこと来年も...???

記 成田