

T1 実技報告書③（大和葛城山～金剛山・A班報告書）

2022年6月4日(土) 9:00～17:20 晴れ 金剛山山頂 19°C

A班生徒4名 (CL_Ku SL_Ta 気象_Na 記録_Mu) 講師2名

集合：9：00 葛城ロープウェイ前 バス停

ルート：葛城登山口 9:23～くじらの滝 9:35～大和葛城山 11:20～ダイトレ
～水越峠 13:29～太尾道 14:12～大日岳 15:24～山頂広場 15:30～文殊尾
16:43～中尾根 17:01～百ヶ辻 17:13 (ロープウェイバス停)

解散：17時20分 百ヶ辻

感想・反省

地形図の等高線で、坂の勾配を予想、確認しながら、強歩トレーニングを行った。

登りは、前回の摩耶山よりも急な斜面で、苦しい場面も数か所あったが、リーダーの力強い足取りと適切なお声掛けに引っ張られて、一定のペースを保ちつつ登り切ることができた。全体的に、色鮮やかな新緑の木陰の道が多く、長い尾根道では、涼しく穏やかな風が吹き、さわやかな環境の中、大変気持ちの良いトレーニングとなりました。

11km 1400m 登りを歩いた経験は、足に負担をかけずに歩く技術の向上を図ることができたと思います。



ストレッチ後、出発 9:23



くじらの滝 9:36



くじらの滝コースの分岐 10:29



国民宿舎と山頂の分岐 10:55



山頂の舗装路に出た 11:04



山頂分岐 11:12



食堂は、お休み 11:16



もうすぐ山頂 11:18



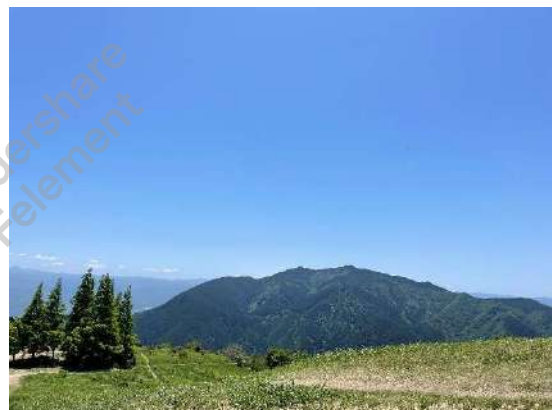
山頂到着 11:20



お昼を食べて、地図を確認 11:53



金剛山の実景と地図を見比べ 12:04



雄姿を見学 12:27



岩が落ちそうな危険地帯 13:18



水越峠 水場 13:29



間違えませんか！ 13 : 43



太尾道分岐 地図で確認 14 : 12



急坂を頑張ります 14 : 34



急坂での休憩方法レクチャー 14 : 38



太尾塞跡 14 : 52



大日岳 15 : 24



売店到着！本日1番の笑顔 15:30 あまおうソフトで乾杯



山頂ライブカメラ 16:10



終わらないストレッチ(笑) 16:13



「ババ」の文字 16:43 靴を洗います 17:01



お疲れさまでした！ 17:20

