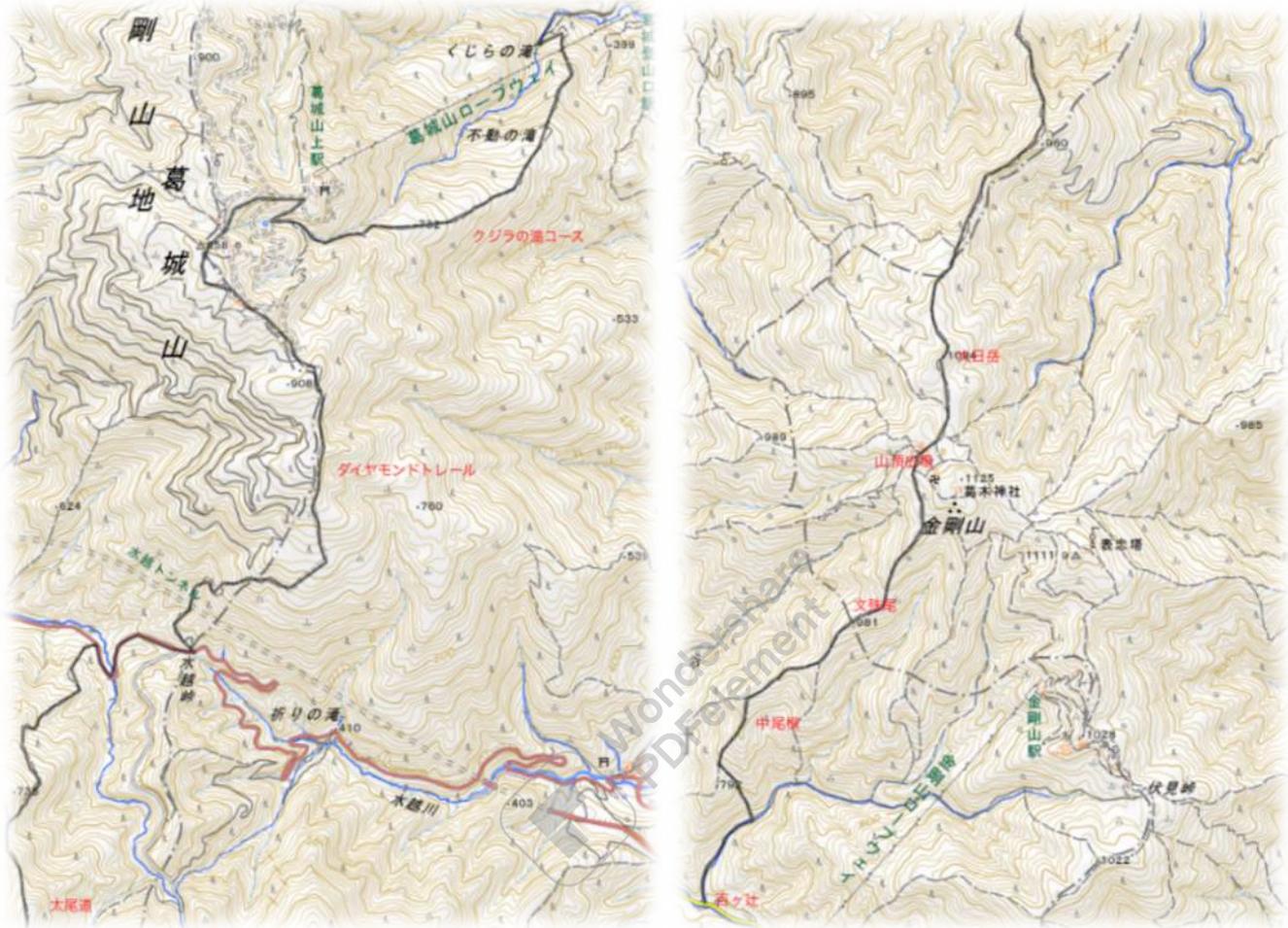


T1クラス実技③

大和葛城山～金剛山 2022. 6. 4 (土)

B班生徒：入江さん (SL/ストレッチ)、戎井さん (気象)、阿部 (記録)

<山行ルート>



<山行行程>

集合

9:00 葛城ロープウェイ前バス停

ルート

葛城登山口 9:22 ～くじらの滝コース～大和葛城山 (958.8) 11:24 ～ダイトレ～水越峠 13:30
 ～太尾道～大日岳 15:44～山頂広場 15:52～文殊尾～中尾根～百ヶ辻 (ロープウェイバス停) 17:05
 解散

17:30頃 百ヶ辻 (ロープウェイバス停)

<感想・反省>

本山行は、約1000m程の上り下りを経験するいい機会であった。

今回学んだ主要点は、歩行方法、熱中症対策 (特に水)、危険箇所通過 (石を敷き詰めた道の歩き方)、分岐点での地図確認、エネルギー補給であった。中でも、金剛山の太尾道が急登であったため、バテ気味になってしまい、こまめな休憩を入れなければならなかった。水分補給および呼吸

の大切さを実感した。

約 11 kmの強歩コースであったが、全員が無事に山行を完了させられ、よかった。

8:57 葛城山ロープウェイ前に集合。

9:22 ストレッチ終了後、いざ出発。



最初の分岐点で、地図確認。くじらの滝コースへ。



11:05 くじらの滝コース終了、葛城山山頂へ。



11:24 葛城山山頂に到着。綺麗な青空。



11:32 葛城山山頂で昼食。



12:00 葛城山山頂を出発。向かうは金剛山。



12:27 ダイヤモンドトレールに進み、水越峠へ。



途中、パラグライダー広場に寄り道。



13:30 水越峠に到着。次に太尾道へ。



勾配がキツイ。。。 (The slope is steep...)



4:19 735m 地点。 (4:19 735m location.)



15:44 大日岳(1094m)に到着。金剛山登頂まであと少し。 (15:44 Arrived at Daikoku-take (1094m). Just a little more to the summit of Kinokuniyama.)



15:52 金剛山山頂に到着。頑張ったご褒美。 (15:52 Arrived at the summit of Kinokuniyama. Reward for a hard day.)



金剛山のライブカメラにも。 (Also on the Kinokuniyama live camera.)



16時10分 (16:10)

16:17 金剛山山頂を出発。
右側の文殊尾へ。



16:49 中尾根から百ヶ辻へ。



17:05 下山。
ロープウェイ前バス停にて解散。
お疲れ様でした。

以上