

奥多摩 鋸山～つづら岩(岩トレ) トレーニング山行報告

日 時： 6月27日(月) 晴れ時々曇り

場 所： 奥多摩 鋸山～つづら岩

メンバー： CL平野(直)、SL萱野(香)、吉瀬、宮城、小原、井上(志) -記録

コースタイム：奥多摩駅 8:20—愛宕神社(愛宕山) 9:00—鋸山(1109m) 11:20—大岳山
12:30—13:40 つづら岩(岩トレ) 17:00—天狗ノ滝 17:30—18:00 千足
バス停

運良く梅雨の晴れ間に当り奥多摩駅で体調を整え鋸山に向けて出発する。

すぐに急登で愛宕神社で一休み。

鋸尾根を2時間半で鋸山へ。さらに歩いて大岳山は分岐で巻いて馬頭刈尾根へ。

岩肌を伝い鎖場を抜けてつづら岩へ。

平野さんにダブルロープをかけてもらい、交代で応援しながら攀じ登った。

最後に懸垂下降をして下山となった。

途中、天狗ノ滝、綾滝と細長いきれいな滝があり、癒された。

1時間ほどで千足バス停に着き、しばらく待つてバスに乗り武蔵五日市駅に着いた。

リーダーは少々体調不調ながらそれを感じさせないリードでこまかくクライミング指導をしていただき感謝です。SL、メンバーの皆様お世話になりました。

下山途中で「今日は充実していた、来てよかった。」の声を聞きました。

少しですが写真を添付しますのでご覧ください。

奥多摩 つづら岩トレ入りトレーニング山行 写真集



恐るべし！ ガールズトークは休みなし



この分岐は馬頭刈山へ



Mちゃんの雄姿



Kさんも頑張る



つづら岩と本日のちば山ガールズ



下山途中の天狗ノ滝(落差38m)