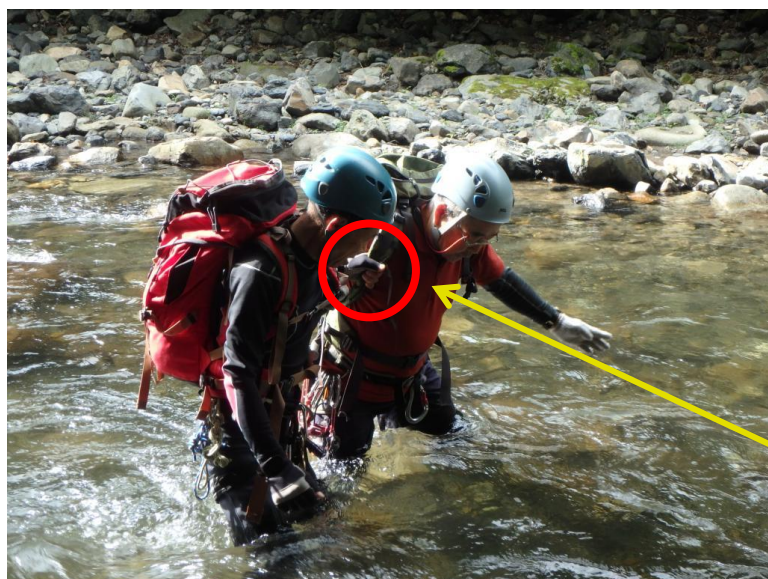


渡渉訓練テクニカルノート



スクラム渡渉（2人渡渉・3人渡渉）

《ポイント》

- 組む相手のショルダーストラップを
下に押し下げるように持つ。
- トップは川底を探りながら、足を横
に出して進む。
- 真中は非力な人や小柄な人にする



木の棒を使った渡渉

《ポイント》

- 棒を支点として、足を横にすり出す
ように進む。
- 2点確保の要領で進み、決して棒は
水上に上げない。





ストックを使った渡渉

《ポイント》

- 要領は棒を使うのと同様だが、できるだけ低い姿勢にする。
- 渡渉時に適当な棒が見つからない場合有効かもしれない



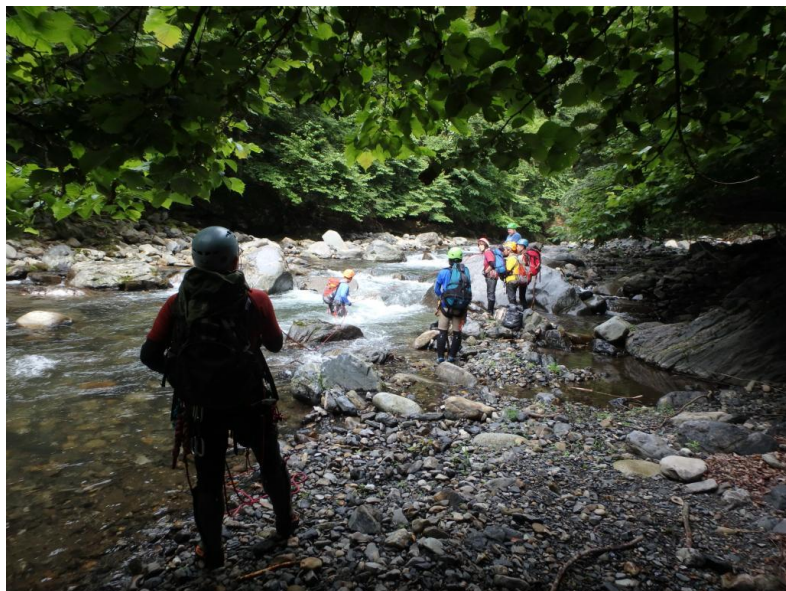
ザイル渡渉（トップの渡渉）

- ビレイヤーは半マストでビレイする。渡渉時にはザイルは出さない。
- 渡渉者が流された場合、素早くザイルを出すので半マストにする。
- セルフビレイも取っておく。



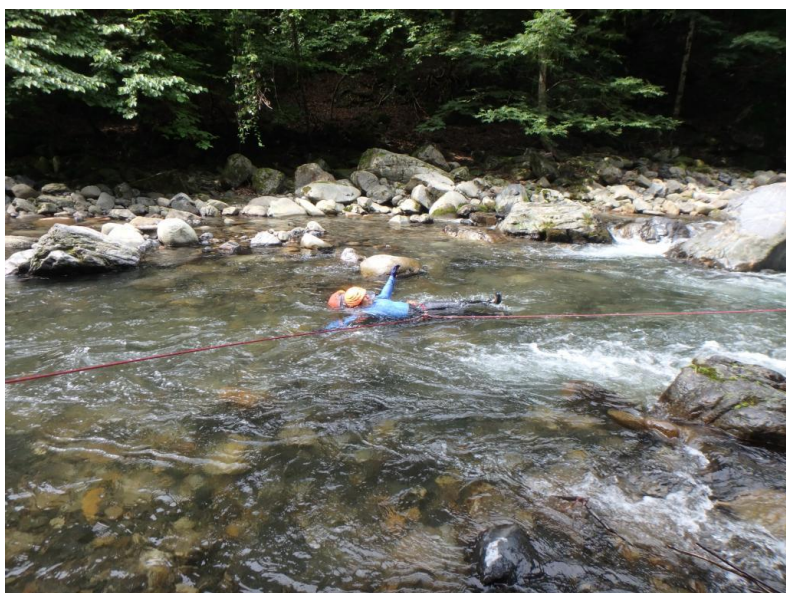
ザイル渡渉（トップの渡渉）

- 渡渉者はテンションを掛けながら、下のザイルを引ながら進む。



ザイル渡渉（トップの渡渉）

- 下流部ビレイヤーはザイルを川幅の長さを確保し、渡渉者が転倒した際、引き寄せる。
- 転倒者を自分の立つ位置より、上流で引き寄せる。転倒者が下流に流されると、水の抵抗で岸に寄せることが困難。



ザイル渡渉（トップの渡渉）

- 転倒者を自分の立つ位置より、上流で引き寄せる。転倒者が下流に流されると、水の抵抗で岸に寄せることが困難。



ザイル渡渉（セカンドの渡渉）

- ヌンチャクやショートシュリングでメイン環に固定し、ザイルを頼りに渡渉する。



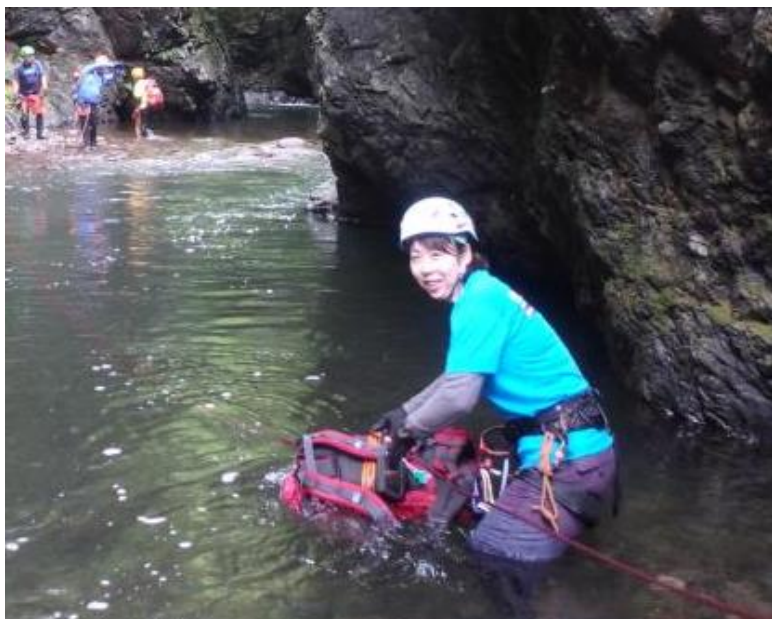
ザイル渡渉（セカンドの渡渉）

- 流された場合、素早くザイルを手繰りながら、ごぼうの要領で上がる。



ザックピストン

- ザイルの 1/2 までの長さに調整する。
足りない時は繋ぐ。
- 絶対に下流部のザイルは離さない。



ザックピストン

- 中間エイトを2ヶ所作り、ザックと自己を各々繋ぐ。ザックと体は繋がらない。
- ザックは、ハンガーループが切れる場合を想定し、シュリングをショルダーストラップに通し、ザックに回し、ハンガーストラップに通して、カラビナでザイルのエイトに固定する。



ザックピストン

- 水勢が強い場合、引き上げるのに力が必要。できる限り足をバタつかせ泳ぐ。



ザックピストン

- 釜でのピストンの際、上がる時はザックを離し、岩に取付いて上がる。
- 必ず確保されていること