

# 新入会員教室（実技）

## 大坊山

【山行日】 2022年 1月16日（日）

【参加者】 K主任講師、H講師兼CL、アシストH、アシストK、SLS、O、Y



## 【感想文】

遙か昔、大坊山に何回も登った事を懐かしく思い出しました。  
当時は参加者も多く、記念撮影は賑やかなものでした。

今回は2人の参加者に対し、講師、アシスト等6人もの方々の手厚いサポートで  
ゆっくりと基本を教わりました。

片足ごと一步一步体重を移して歩けたのは、日頃セカセカ歩く事が多かったので、  
やはり基本が大切なのだと感じました。

齢を重ねた今、初心に帰っていろいろな研修を受けていきたいと思っています。  
皆さんありがとうございました。(O)

今回の新入会員実技は今迄の講習の集大成とも言える基本からの盛沢山の实技  
でした。

受講生、私1人に対しベテラン講師6人(12個の目!)の厳しくも的を得たご指摘  
に最初はビクビクしながら頭の中がパニックものでした。最初の準備運動から即1  
発、肩の入れ方、足の向き、股関節から回す等の指導から、次は「リュックを持って来  
て」と中身のチェック(完璧との声に一安心)歩き始めると何より苦手な読図(前回あ  
んなに原田講師に教わったのに忘れてしまっておめんなさい)で、もう一度教わりまし  
た。歩きながら私の歩き方の癖を指摘してもらったり、ストックの使い方、リュックの高  
さ調節、ロープの使い方等細かく教えてもらいました。本来ならば高い授業料を払う  
のに何と贅沢な・・・と感謝の一日でした。私は、今回の実技で今までがむしゃらに体  
力任せで山を登っていたと反省するとともに山の地形を知りゆっくり疲れな歩き方  
こそ安全で尚且つ私自身の山年齢を伸ばすコツかと改めて感じました。  
今回の実技も私一人のために講師陣の皆さんに貴重な時間を費やして頂いた事に  
感謝すると共に早く皆さんに交じって山へ連れて行ってもらえたらと願っております。  
ありがとうございました。(Y)