

谷川岳雪上訓練

谷川岳マチガ沢雪上訓練会
 6月10日(土)～6月11日(日)
 新人の雪山・雪上技術の習得(ザイルワーク、スコップ、アイゼン他)
 2年の尚一層の技術の向上。
 谷川岳マチガ沢出合

参加者及びテント割

三瀬・加藤・岩本・今関
 高野・宮下・仁原・原
 田川・森木・大藤・宇佐見
 保筆・吉田・水上先生
 和山先生 伊藤先生(スノーガイド)
 住藤殿・佐治殿・藤掛殿
 圓部氏・山本氏・手塚氏

6月10日(土)	6月11日(日)	本
13:00	起床	4:00
15:00	出発	6:00
17:01	訓練地	7:30
17:05	出合	12:00
17:13	出合	13:30
18:20	出合	14:02
	高山野	18:21

フック作製承認書
 承認書Eマ3日
 meeting
 お話し
 か話し パック
 雪上訓練

おもしろお話し
 あるとこに大が話し
 頭も白
 目も白
 足も白
 おもしろ



	共同裝備		3077116	アイゼン	90040
岩本	A本体	A731	0-8°		
吉田	C本体	C731	0-8°		
大藤	B本体	B731	0-8°		
宇佐見	Aポール	A731			
森木					
加藤	Bポール	B731	0-8°		
今関	ザイル	ラジ	ヤかん		
原	ザイル	ラジ	ヤかん		
高野	ザイル	ラジ	中ト		
保筆	ザイル	スコップ	中ト		
田川	ザイル	ラジ	大ト		
三瀬	大ト	スコップ	0124		

食料計画

夜	朝	昼
ごはん おせ茶 つくだに 緑茶	たまごみ飯 みそ汁 紅茶	アドロパン ピーナッツ あめ 粉ソース チーズ

時	材料	分量(1人)	時	材料	分量(1人)
10日夜	米 鳥肉 しらたき ネギ こらやとうみ しんち つくだに	1合 50g 2分の1 5分の1本 適量	11日朝	米 たまごみ飯の素 とり肉 おあげ 玉ねぎ	1合 1/3 30g 1/3枚 1/6
			11日昼	アドロパン ピーナッツ あめ 粉ソース チーズ	3枚 30g 3コ 2杯 1コ

★調味料★

しょうゆ 塩 ハイミー みそ さとう	適量 全体100g " "
--------------------------------	---------------------

★作成分担★

10日夜	ごはん 4zh. 8zh	おかせ 7A. 7B
11日朝	7A 7B 8zh 4zh	おまい

個人装備

スパッツ				
シュラフ	✓			
ピッケル	✓			
アイセツ				
ポリタンク2L	✓			
ポンチョ	✓			
ヤッケ	✓			
地図 磁石	✓			
ローソク マッチ	✓			
エシキ かさ履	✓			
軍手 (4対3)	✓			
くすり				
しんぶん				
ろうきん				
歌集				
手ぬぐい (タオル)				
くつぽも予備	✓			
綱引き	✓			
武器	✓			
携帯燃料	✓			
米 (2合)	✓			
防塵具	✓			
筆記用具				
時計				
Money				
生徒手帳・身分証明書				
保健書				
ぼうし				
非常食				
ビニール袋 (3300円)	✓			
スリッパ				