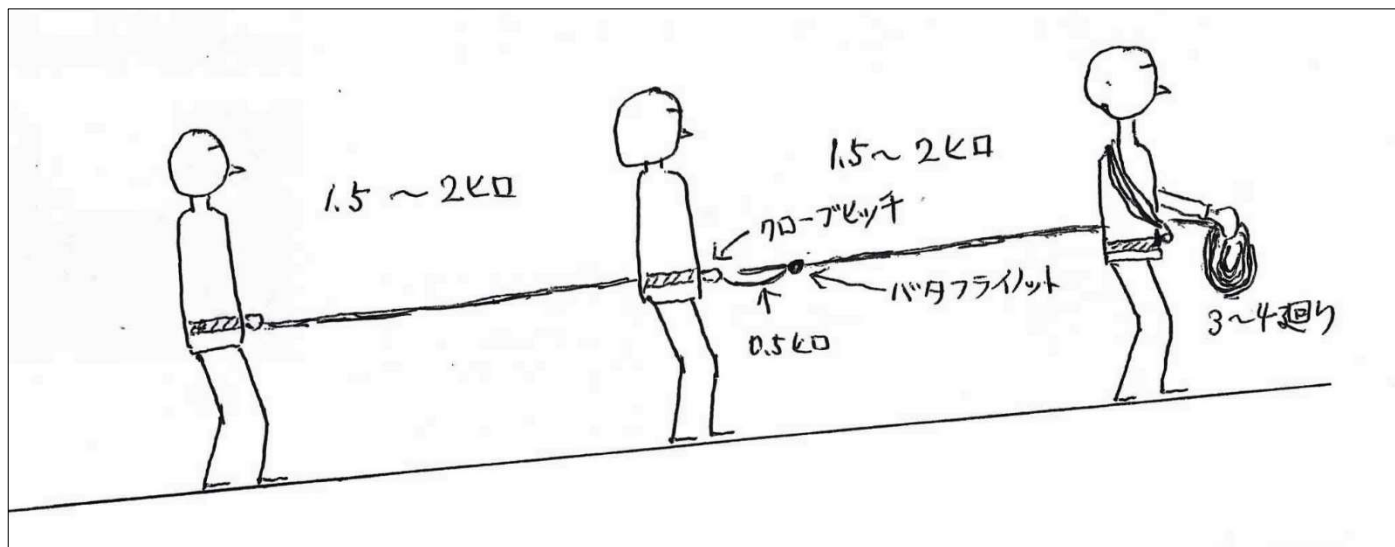


ショートロープ（ガイドイング）の方法

1 システム



* 1 ヒロ：両手を広げた長さ

2 余ったロープの束ね方



左手にかけ



首に回す



繰り返す



ロープに3回廻して



カラビナにかける



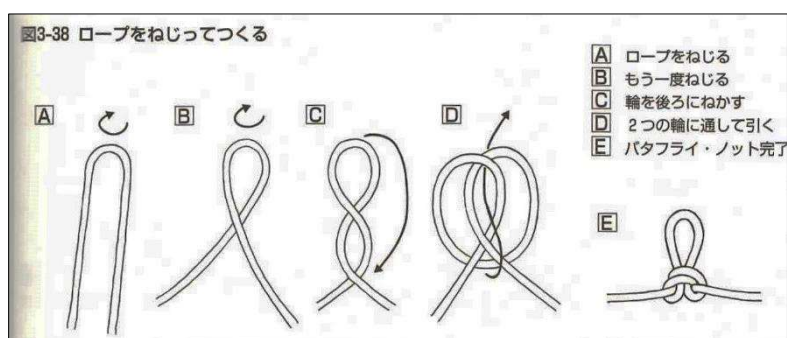
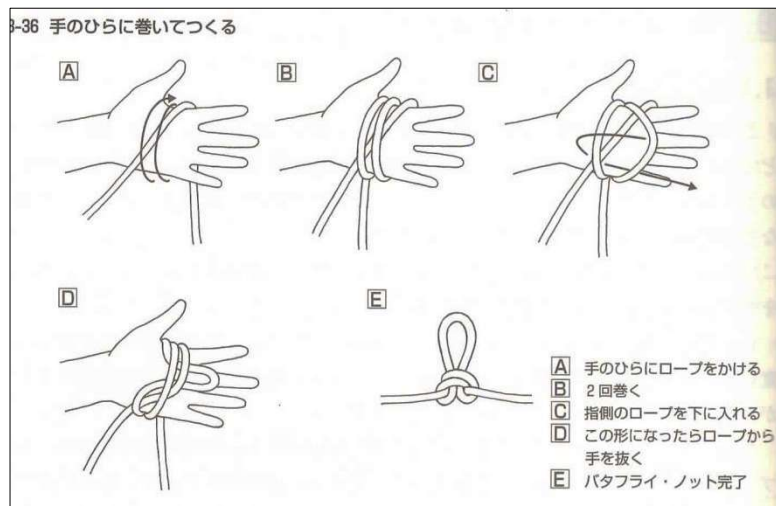
二重にしてハーネスの
ループに通す



ループを作る



3 中間者のロープのセット（バタフライノット、クローブヒッチ）



完成

4 確保の仕方

リーダーは必ず上部に位置し（登りの場合は前、下りの場合は後）、ロープは常に張っておく。

ロープに張力を感じたら、重心を低くし腰を回転し滑落を事前に止める。

＊滑落してから止めるのではない。

＊腕の力で止めるのではない。

参考資料 「ロープレスキュー技術」

山と溪谷社 堤 信夫