

冒険ハイク 資料1

冒険ハイクコース図

—▶ 2スタートコース
★ 2スタート・ゴール



- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1 友情のウォール | 7 ぶらんこブリッジ |
| 2 レインジャー (悪天候時中止) | 8 クロスビーム |
| 3 モンキーブリッジ | 9 木登りとりで (悪天候時中止) |
| 4 ケーブルサーキット (※) | 10 おととと (悪天候時中止) |
| 5 ロープクライミング (悪天候時中止) | 11 空中散歩 |
| 6 ヤッホーの丘 | 12 暗夜行路 |

※ ケーブルサーキットには、必ず引率者1名が配置についてください。
子どもたちがカゴから降りる際にカゴを安定するよう支えたり、
搭乗先までカゴを送るためにロープを引っ張るなどの力仕事を伴います。

冒険ハイク 資料2



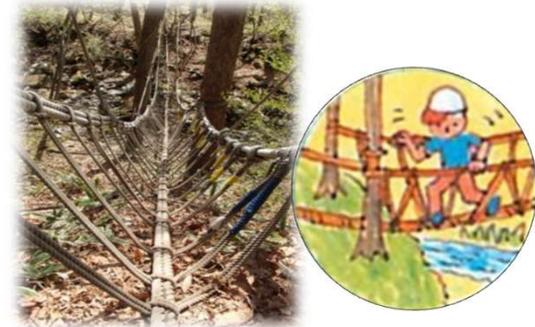
① 友情のウォール

- ①班でA（高い方）とB（低い方）のどちらを越えるか選ぶ。
- ②越える順番をみんなで話し合いながら仲間で協力して越える。



② レインジャー

- はしごでうんていの上り、うんていの上を四つんばいで渡って縄ばしごで降りる。
※前の人がうんていの半分まで行ったら次の人がスタートする。



③ モンキーブリッジ

- ①川にかかっているV字型の橋を渡る。
- ②前の人との間隔は2～3mぐらいあける。
※橋をむりやり揺らさない。



④ ケーブルサーキット

- ①班員全員で協力してロープを引き、かごを引き寄せる。
※指を挟む危険があるため、滑車付近ではロープを引かない。
- ②2～4人でかごに乗り、内側を向いて命綱を正しくかけて座る。
- ③太いロープをつかんで川を渡り、かごが止まってから命綱を外して降りる。



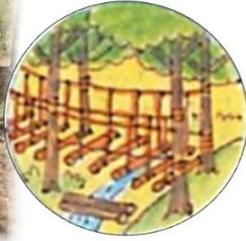
⑤ ロープクライミング

- ①丸太を選び、一人ずつロープを引き寄せながら登る。
※ロープを決して放さないこと。
- ②どうしても登れない人は迂回コースをすすむ。



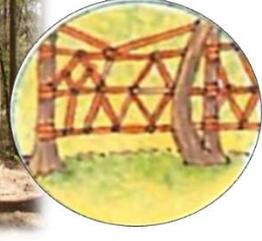
⑥ ヤッホーのおか

- ハケ岳に向かって思いきり大きな声で全員が声を揃えて「ヤッホー」と3回叫ぶ。



⑦ プランコブリッジ

横にはってあるロープを伝って丸太の橋を渡る。
※橋をむりやり揺らさない。



⑧ クロスビーム

- ①ロープで区切られた形や大きさの違った枠をロープに触れないで通り抜ける。
※ロープに触れた人はやり直し。
- ②誰かが一度通り抜けた所は使えないのでグループで話し合い、どこを通るか決める。



⑨ 木登りとりで

- ①登れる木を選んで木登りに挑戦し、登ったら木の板を3回たいてはしごで降りる。
- ②グループで協力し合って難易度の違う木登りに挑戦してみる。
※高いところではふざけない。



⑩ おととと

- ①いずれかのコースを選び、最後まで落ちないように渡る。
- ②途中で落ちたら、はじめからやり直す。
※木が濡れていると滑りやすいので気をつける。



⑪ 空中散歩

- ①前の人との間隔を3mぐらいとり、ロープをしっかりとつかんで渡る。
- ②途中で落ちたら、落ちたところから続けて渡る。
※ロープをむりやり揺らさない。



⑫ 暗夜行路

- 班員全員が目隠しをし、先頭の人がみんなに声かけをしながらロープをたよりにゴールまで進む。
※ロープは必ず自分の体の右側で持ち手を離さないようにする。