

トドクロちゃんと山登り

最初は寧比曾岳 (ねびそだけ)。

2024年01月26日 | :



1/24(水)は夕方から雪が降りだし1/25(木)の朝は↓



関ヶ原で高速を止めた雪雲が三重県北部から知多半島中部に流れ込んだ。この地方では伊吹おろしというルートで雪雲が流れた。

金曜日に雪遊びに行くべく準備。
夜、天気予報やライブカメラで道の状況を確認し藤原岳を止めて寧比曾岳 (ねびそだけ)に行くことにした。

愛知山間部の積雪は少ないが、その分天気が良いのでOK。
登山口の大多賀峠まではスタッドレスじゃないと難しい。
8時少し前から歩き出す。



今年は雪が少なく根雪がなかったのでこんなもん。



アレレの電がさき



木々の雪は昨日の暖かさで全て落ちていた。



山頂の東屋。
ここで一眼レフの電池が低温で切れた。
気温は-5℃だが、風があり体感-10℃位。

冬山でも一眼レフで電池がこうになったのは初めて。
このカメラのボディ素材がマグネシウムなので冷えやすいのか？
取りあえず電池を懐に入れ温める間に、お湯を沸かしカップ麺を食べる。
今日は山頂で朝食です。



温まった電池をカメラに入れ撮影開始。
ここにもアヒルの言だるま。
遠く鈴鹿には雲が流れ込んでいる。



電池の心配をしながら慌てて撮影。



富士山から大好きな南アルプスオールスターズ。
望遠ズームをもってこれば……



ショット拡大。右下が富士山。



出会った登山者は15名程。
チェーンスパイク装着者が8割、アイゼン装着者が2割程度。
私は軽アイゼンを持ってきましたが、凍結場所が全くないので未装着で往復。新雪なので全然滑りません
雲の上を歩くようにふわふわと下山。



どこにも寄らず一気に帰宅。
12:30帰還。

昼からは久しぶりにサウナへ。

コ

初滑りは木曽福島スキー場。

2024年01月20日 | :



2024.01 木曽福島スキー
19 new items · Album by Inakun Masakun

↑大画面

■2024.01.19(金) 今年はスキー場の積雪が少なく、特に長野県中部から南部が少ない。
そこで情報を検索し、久しぶりにスキーヤーオンリーの木曽福島スキー場を選んだ。
水曜日が雪管、天候ともベストだったがテースを優先

一宮ICから高速に乗る。中津川で降りてR19を北上。
スキー場の駐車場が一部凍っていたがそれまでは雪なしのドライ。
8時過ぎに到着。
リフトが動き出す8:30に合わせ動き出す。
クワッドリフトが動き出すまでは下で足慣らし。そしてクワッドリフトに乗る。

下部はガスが靄のようなが上部は晴れ。

期待通りに御嶽がデーンと。



さあ滑るぞ。





10時第3リフトが動き出した。
スキー場の最上部へ。



昨日上部は雪で下部は雨だったようだ。



良い雪です。



ロックオン。



雲海も素晴らしい。



スキー場のブログ。



雲海 | イベント&ニュース

昨日の雪でスカイコースからの眺めは抜群でした。さっぱり整備されたゲレンデに御岳山、その下に広がる雲海、これだけのロケーションになるのは年に何回有るか無いか。明日...
木曽福島スキー場

今日は素晴らしいコンディションの予感 | イベント&ニュース
朝一で夜部隊から雲海画像が届きました。今日は素晴らしいコンディションになりそうです。
木曽福島スキー場

上部は最高のコンディションです。
ゲレンデトップの標高は1,904m
下部でも1,200m
一部滑走不可ですが上部からのロングコースは雪が付いている。



開田は雲海の中。



藪原スキー場が最後まで迷ったがこの眺望期待に軍配が上った。



第3リフトの上部で一瞬「笠ヶ岳」が見えた。
山の北側が見えれば北アルプスも見える。
穂高連峰が見えるゲレンデは野麦峠スキー場。
ただここは雪不足です。



この場所からでは中アも南アも御嶽山には敵わない。



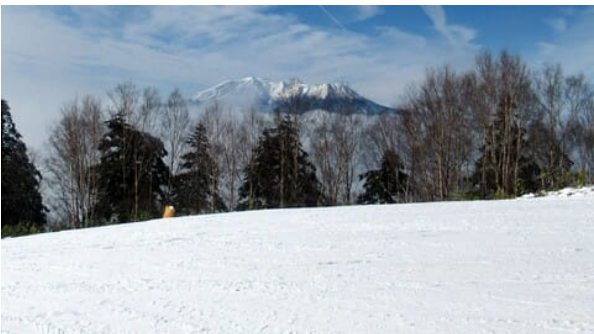
皆さん景色にうっとり。



気温上昇が早く昼近くには雪が溶け出した。



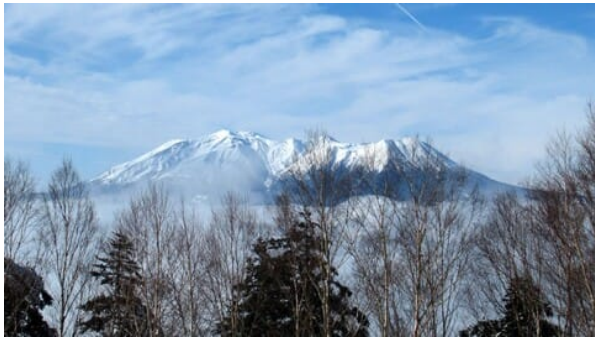
高速なクワッド(第2)を多用し滑るがそろそろ足にきた。



昼過ぎには開田の雲海は消えた。



さあラスト一本。



御嶽に「さよなら」と言っても晴天で空気が澄んでいると我が街からも御嶽山は見えます。

帰路はSAで仮眠をし安全に帰還。

今日の音楽は「冬ソング」
事前に編集しUSBに入れてきた。



小学生の団体とリフトに乗り合わせ子供としばし会話。
「湖西市」から来たそうだ。
げんこつハンバーグの話をしたら勿論よく行くと言っていた。
年齢的には孫くらいだな・・・
休憩無しで4時間ぶっ通しで約30本滑る。コースが長くスピードが出るので足が笑いだした。
で
12:30で終了。

昼食は帰路途中の木曽おもちゃ美術館の「四季」で

木曽おもちゃ美術館

木曽おもちゃ美術館

雄大にそびえる御嶽山の麓、大自然と文化遺産に恵まれ、古くから閑所町として政治・経済・文化を中心に栄えてきた長野県木曽町。その魅力より多くの観光客に伝え、地域の方...

木曽おもちゃ美術館

「すんき投じそば」を食す。
すごく美味しかった。
乳酸発酵したすんきの酸っぱさが際立っていて、玄そばの二八が美味しかった。



最高の天気で上部は雪も良く気分の良いスキーができました。

雪不足が解消される事を期待しよう。

テニスラيفをサポートするツール。



テニス歴は今年で54年目。今や生活の一部となっている。
その間の道具の進化には目を見張るものがある。

今回はストリングの滑りをよくするツール。
スポンジに数滴付けガットに円を描くように塗る。
これでストリングの縦糸・横糸の滑りがよくなり回転が良く掛かる。
一般的なシリコンスプレーを吹きかけても効果は同様。

ストリンググライド(String Glide)

ストリング面に塗布することで、ストリングの交差点の摩擦を少なくして、ロック状態を解放するメンテナンス
です。張り立ての状態を再現できる。



- ・シューズ(1足/年)
- ・ラケット(2本/3年～5年)

ネットで8巻で1,000円を購入、レビューを書き込みと2巻おまけがつくので実質10巻1,000円です。



通常の市販品は3巻/800円なので激安です。
ラケットに巻いてみると市販品と変わらずなく使えそう。



ウェアなどはテーフ車田でなく山登りでオ白転車であ、テーフでも使えスうかものを選んでいゑス。そのおたか

回転が多く掛かり、ボールを捕まえている時間が長くなる。

- 結果として
- ・コントロール向上(ミスも減る)
 - ・攻撃力UP(回転が多くなる)

テニスを科学したサイトなど参照
↓

川副研究室-KAWAZOE-LAB | テニスを科学する一川副嘉彦
ガットの種類やテンションによる挙動の多くの研究がなされている。

以前の検証結果のストリングと今回の「ストリンググライド(String Glide)」を組み合わせて良い状態を維持
るようになった。



テニスガット検証結果と色々 - トドクロちゃんと山登り

長年テニスをしているので現在検証中のガットを含めまとめてみた。■今回検証したサー
フェスによる最適ガットの結果は🔴ハードコートに適した、じっくり握む
「WilsonNXTSOFT...
goo blog

テニスは財布に優しいスポーツ。
それでも消耗品はあります。

初詣・・・初打ち、初ライド

2024年01月06日 | :



■2024.01.01 混み合う時間を避け、神社へ向かう途中にスマホの音が鳴り響く。
「地震の緊急地震速報」能登半島での大きな地震。

初詣は多賀神社。

多賀神社には、伊弉諾尊を祀る多賀神社、木花咲耶姫命を祀る富士浅間神社、大山祇命を祀る山神社の
が垣内に並んで祀られている。

初詣の後はこの時期だけ販売される「多賀福餅」を買って帰宅。



多賀神社の詳細は以前の記録で

木花咲耶姫に会いに、尾張多賀神社(常滑市) - トドクロちゃん和山登り
木花咲耶姫命(コノハナサキヤヒメノミコト)に興味があり祀られている神社へお詣りに出かける。この尾張多賀神社は娘の19才厄と私の後厄のお祓いの場所です。まだ新年の...
goo blog

■2024.01.06 初打ち「初テニス」
この陽気で桜が満開。



正月から自転車で都合160km程走っているんで体は軽い。
今日は10名程が集まり楽しくテニスができた。
気温も高く汗が吹き出す。



ほぼ毎日自転車で20km〜60km走っている。
暮に降った雪は既に溶けて鈴鹿の山は雪がない。
野間灯台から伊勢湾越しに見る鈴鹿(昨年暮れ)



自宅の庭。



被害甚大な能登半島地震。
道路寸断で支援物資や復旧作業も長期に渡る恐れがある。
我が家は支援金で援助したいと思う。

我が家の防災も再度見直しをしようと思う。

Happy New Year '2024

2024年01月01日 | :



※トドクロちゃんの正月用アレンジ♪

あけましておめでとうございます。



我が家の「おせち」

大好きな「胡桃入りの田作り」も沢山作ってくれました。



アレンジ門松



今年の予定は

- ・山道具の見直しと軽量化
- ・筋力維持と柔軟性向上
- ・各種眼鏡の更新