

休養(8/5)

昨日から喉が少し痛かったのだが、今朝は、だるくて、熱っぽく、風邪のようだ。疲れ・ストレスの蓄積のうえに、少し肌寒いのを我慢してたり、洗濯物を干してはいたものの室内が空調で乾燥してたのが原因か。マスクや風邪薬(抗生物質、葛根湯など)を持参すべきだった。

天気も悪いので休養とする。午前中は、雲が多いくらいだったが、昼頃から雨、なんと一時小雪。



朝食

しっかり食べれば、昼間はあまり食べる必要がなかった。余ったパンなどを持ち帰るのも良い。せめて7:00から食べれば良いのだが。



フェラータ・セット

下端をハーネスにつなぎ、カラビナ2枚をフェラータ設備のワイヤーにかけて登る。



フェラータ・セット

あるメーカー品で切断・転落事故があったので、すぐに購入することは見合わせた。

16:00頃、ガイド事務所へ。まだ、メンバーの確認が取れてないので、19:00頃、私かホテルにTELするとのこと。しかし、連絡がなかったので心配になり、事務所へ行くと、幸いまだ開いていて、確認OKとのことで、ホッとす。明朝は7:30集合。ルートはノーマルルート。第一希望は、中級フェラータの西稜だったが、メンバーがいらないのでは仕方がない。

勝手に、ホテルの朝食は抜きで、と思っていたら奥さんが部屋に来て、「明日は早いのなら、30分ほど早くしますよ」と言ってくれたが、慌ただしいので、断る。

夕食は、昨日と同じく、野菜サンド。ようやく、本格的な岩雪山に登れるぞ。しかし、体調は相変わらず。大丈夫かな～。