

用語	説明
アブミ	人工登攀に使う携帯用の縄ばしご。金属製のプレートがステップになっているものと、テープスリングが縫い合わされたものがある。 (誤って途中で落とすと絶望的な気分になる)
アプローチ	ルートの取り付きの岩場に着くまでの行程。(山の奥まった場所に取り付きがある場合には、取り付きを探し当てるのにも一苦労で、アプローチが核心となることもある)
アルパインクライミング	安全が確保された人工壁でのスポーツクライミングではなく、自然にある高い山の大きな壁、またはそこでのクライミングを指す。
A0 (エーゼロ)	クライミング中に「フリー」で越えられない部分を越えるため、ボルトを踏んだり、ヌンチャク等を掴んで登ること(それ自体が許されるルートもありますが・・・)。
エイト環	8の字型をした確保器兼下降器。
凹角	岩がほかの岩よりへこんで一部又は上部に伸びているところ。
オーバーハング	前傾壁のことで、単にハングともいう。
オンサイト	あるルートを、そのクライマーにとって最初のトライで墜落やロープに体重を預けることなく登り切ること。
核心部	ルート中の最も難しい部分。
カラビナ	用具の一つ。支点にかけ、ロープを通すための金属製の輪。
カンテ	岩が飛び出した部分が縦に続いているところ。
ギア	登攀用具のこと
クイックドロー	クイックドロー・スリング。カラビナとカラビナをナイロン製スリングで連結したもの。見た目がカンフーのヌンチャクに似ているので、通常は「ヌンチャク」と呼んでいる。
クラック	岩の割れ目のこと。割れ方の大きさによって、さまざまな名称がある。
クリップ	主にカラビナにロープをかける動作を言う。または、自分のハーネスに結んであるロープをヌンチャク等のプロテクションにかけること。
グレード	岩場のルートの難易度のこと。○級や5.○と表記されるが、数字が大きいほど難易度が高い。
ごぼう	ロープを掴んで登ること。(ごぼうを引き抜く動作に似ていることから)
ザイル	ロープのこと。
残置	人工的に岩場に残されたものの総称。(例)残置支点
3点支持	手足のうち3点をホールドから動かさず、残った一つを次のホールドへ移動させること。「岩登り」の基本とされる。
支点	ルートの途中などにクライマーの安全を確保するために置かれる人工物または自然の立木など。 ボルトのように岩壁の中に残置されているものが多いが、自分たちがその場で設置し、登りながら回収も行う「ナチュラルプロテクション」もある。⇒プロテクション
人工登攀	足場や手がかりの少ない岩壁などを、ハーケン・あぶみ・埋め込みボルトなどの人工的な手段を使って登攀する方法。
スタンス	安定して立てる足場。
スメアリング	スメアはこすりつけること。スメアリングとは靴底の摩擦を利用して、凹凸のない岩の上に立つこと。
スラブ	傾斜の緩い凹凸の少ない平面的な岩の形状。
スリング	ロープやナイロンテープを結んで輪にしたもの。これにカラビナをかけた後、自己確保に用いたりする。

用語	説明
セカンド	2番目に登る人。フォローともいう。主にマルチピッチのルートで使われる。上から確保されているので気分的には楽だが・・・、緊張感には欠ける。
セルフビレイ	自分自身を確保すること。マルチピッチのルートの確保地点で、支点と自分のハーネスをロープやスリング等で連結すること。
つるべ	マルチピッチのルートをふたりで登る場合に、ピッチごとにリードを交代する方法。力の揃ったパートナー同士であれば行えるクライミングスタイル。
テラス	人が安定して立っている岩の棚。これが横に長く続いているところをバンドと呼ぶ。
テンション	確保されているロープに体重を預けること。(信頼関係がないとできません)
トップ	マルチピッチのクライミングで先行して登るポジションのこと。(リードを参照)
トップロープ	終了点にロープをかけ、そのロープの一端をクライマー、もう一端を確保者に結んだ状態で、確保されながらクライミングすること。主に練習用に使用される。
トポ	クライミングなどで使われるルート図。岩場の絵にルート名やグレードが載っている。(グレードは多分に感覚的なものもあり、信用すると痛い目に遭うこともある。)
トラバース	横へ移動すること。
ヌンチャク	⇒クイックドロ
ハーネス	クライミング用の安全確保のためのベルト。これにロープを結ぶ。
バリエーションルート	整備されていない登山道以外のルート。やぶコギ・岩登り・沢登りなどがあり、一般の登山道よりも難易度が高い。
ピッチ	ルートの区切り。
ビレイ	クライマーの安全を確保するための行為。主にロープによる安全確保のこと。 ⇔ビレイヤー(確保を行う者)
フィックスロープ(フィックス)	岩場等に固定して設置してあるロープ。
フェース	正面から見て平面状に見える壁、垂直前後の壁。
プロテクション	⇒支点
ホールド	岩場での手がかり。足がかりはフットホールド、あるいはスタンスと呼ぶ。
マルチピッチ	複数ピッチのルート。
リッジ	岩稜。又は岩の飛び出している部分。
リード	自分で支点到ロープを通しながら登っていくこと(もちろん一端はクライマー、もう一端は確保者に結ばれている)。墜落すると理論上は、最後にセットした支点までの距離の2倍の距離を落ちることになる。また、最悪の場合地上に墜落することもある。アルパインではトップともいう。 ⇔トップ、トップロープ
リングボルト	人工登攀用に開発されたボルト。昔ながらの有名ルートに多いが、強度的にはやや劣るため、フリークライミングのプロテクションには向いていない。(リングが伸びきったボルトにクリップするのは気休めにしかならない。)
レッドポイント	2回目以上のトライで完登すること。