

《 装 備 表 ( 冬 山 登 山 ) 》 ハーネスあり

NO	品 名	数量	チエック	備 考
1	登 山 靴	1組	○	アイゼンが装着可能な登山靴。保温性もあると良い。
2	ス ト ッ ク	1組	○	伸縮性が便利。雪山用バスケットのもの。(レンタル有)
3	ア イ ゼ ン	1組	○	10~12本の靴裏を全てカバーするもの。(レンタル有)
4	ピ ッ ケ ル	1本	○	縦走用のもの。(レンタル有)
5	ハ ー ネ ス	1個	○	安全を守るために必要。(レンタル有)
6	アバラランチビーコン	1個	○	お持ちでない方は弊社までご連絡下さい(レンタル有)
7	ザ ッ ク 3 5 L 程 度	1個	○	行動中の荷物は、全て各自で背負います。(レンタル有)
8	ヘルメット	1個	○	登山用の軽量なものが便利です。(レンタル有)
9	カラビナ	2枚	○	環付カラビナ(レンタル有)手袋着用で操作できる大きさ
10	アウターシェル	1組	○	オーバージャケット、パツ。防水性・透湿性が良くムシないもの。両具として、防寒着、防風着としても使用できるものが◎。
11	ミッドレイヤー	1組	○	行動用の薄手のフリースやシャツ等と、防寒用の厚手のフリースや薄手の羽毛服等の組み合わせ。ウール・化学繊維系のズボンやタイツ等の組み合わせ。軽く、暖かく、温度調整がし易いもの。綿製品は不可。
12	ファーストレイヤー (下着)	1組	○	ポリエステル系素材によるロングスリーブ、ロングタイツが望ましい。汗などの水分の速乾性と動きやすさの両立したものの。綿製品は不可。ショーツ等もこれに準ずる。
13	靴 下	2足	○	パイル状のものが、保温性、クッション製に優れている。素材はファーストレイヤーに準ずる(予備も必要)
14	防 寒 具	1着	○	薄手のダウンなど保温性が高くコンパクトなものが便利。
15	ゲ イ タ ー	1足	△	ロングスパッツ。靴への雪の侵入を防いでくれると共にパンツの裾にアイゼンが引っ掛かりにくくなり、歩き易くなる。
16	厚 手 の 手 袋	1組	○	-20℃まで耐えられるもの。5本指など作業性優先。
17	薄 手 の 手 袋	1組	○	天気のよい時に便利。
18	サ ン グ ラ ス	1個	○	雪上は、非常に反射が強いので目の保護のために。
19	ゴ ー グ ル	1個	△	吹雪の時に必要。サングラスの代わりに使用可能。
20	帽 子	1枚	○	防寒用。ヘルメットの下に被れるビーニータイプがおススメ
21	ヘ ッ ド ラ ンプ	1個	○	200ルーメン以上のLED ランプ。新品の予備用電池も。
22	行 動 食	適量	○	気温の低い屋外でも食べやすい高カロリーなもの
23	目 出 帽 な ど	適量	○	防寒対策用。BUFFなどが便利。顔と首も覆えるもの。
24	日 焼 け 止 め ク リ ー ム	1個	○	日差しが強いので、日焼け防止用に。UVリップクリームも。
25	感 染 症 対 策 グ ッ ズ	1個	△	マスク数枚、体温計、携帯トイレ、使い捨てゴム手袋、ごみ袋、手指除菌ジェル等。常に持参を推奨。
26	健 康 保 険 証	1枚	△	毎回ご持参頂くと安心です。
27	洗 面 用 具 ・ 医 薬 品	適量	○	各自の必要に応じてお持ち下さい。

○：必要 △：なくても困りませんがあった方が便利 ×：特別必要なし  
 レンタルが必要な方は「やまどうぐレンタル屋」で各自でレンタルして当日ご持参ください。  
 レンタル代¥5,000 以上で10% 引きになる弊社のクーポンコード「advq」をご利用ください。  
 ※この装備表は絶対的なものではありません。各自で工夫してご用意下さい。