

# 服装

- ■ スキー&ボードウエア上下(出来ればゴアテックスなどが望ましい)
- ■ 皮製グローブ
- ■ 帽子(耳が隠れる物)
- □ ヘルメット
- ■ ゴーグル
- ■ ネックウォーマー
- ■ 化繊の下着(上下)

# 一般携行品

- ■ ザック(30L~45L位のもの)
  - ■ 時計
  - ■ 地図
  - ■ コンパス
  - ■ 小型ナイフ
  - ■ ヘッドランプ
  - ■ ホイッスル
  - ■ 常備薬
  - ■ ライター、マッチ
  - ■ トイレtpペーパー
  - ■ 保険証のコピー
  - ■ テルモス(お湯)
  - ■ 携帯電話
  - □ ツェルト
  - □ 無線機
- ■ 昼食
  - ■ 水(1リットルくらい)
  - ■ 非常食・行動食
  - ■ ごみ持ち帰り用袋
  - ■ 替えのグローブ
  - ■ 替えのゴーグル
  - □ ツアー終了後の温泉道具
- ■ 最低限必要な物
- □ あれば持って来て欲しい物

## レンタル一覧

- ■ ビーコン(レンタルあり)
- ■ ゾンデ棒
- ■ スコップ
- ■ シール
- ■ スノーシュー(ボード、アルペンの方)

レンタル商品	料金
ビーコン	1,000円
ゾンデ棒	1,000円
スコップ	1,000円
スノーシュー	1,000円
ザック(グレゴリー)	500円
コンパクトポール	500円
3種セット (ビーコン・ゾンデ・スコップ)	2,500円