

山小屋宿泊装備

平成 17 年 5 月 30 日作成 船越

令和元年 6 月 12 日修正

個人装備

服装 長袖シャツ、ズボン、下着、靴下、帽子、手袋、登山靴

携行品 ザック (30~40L)、ザックカバー、雨具 (ゴア上下セパレート)、防寒具 (フリース又は薄手セーター)、着替え一式 (下着、靴下、シャツ、ズボン各 1 枚)、ヘッドランプ (予備電池)、地図、計画書、コンパス、トイレトペーパー (ティッシュ)、タオル、ビニール袋、保険証コピー、日焼け止め、リップクリーム、洗面具 (歯磨粉は不使用)、非常食 1 食分、水筒 (計 1.5 L)、嗜好品

その他 (各自の好み、あれば便利) スパッツ、上着 (ベスト、ウインドブレーカー)、高度計、ナイフ、ライター (マッチ)、ホイッスル、ハンカチ、手帳、カメラ、携帯電話、細引き、ストック、コップ、靴名札、ラジオ、サングラス、眼鏡、ウィダーゼリー、

*雨の場合、ザックカバーしていてもザック内が濡れるのでスタッフバッグ (防水袋) 等に入れる

共同装備 医療パック、トランシーバー (ツェルト、ロープ、コンロー式)

令和元年 8 月例会八ヶ岳に向けてのトレーニング予定

第 1 回 7 月 16 日 (火)

和気アルプス (薬師尾根登り 龍王山下山)

第 2 回 8 月 19 日 (月)

和気アルプス (鎌尾根登り 神ノ上山 ダンガメ下山)

八ヶ岳例会に準じた装備のこと 昼食、水分等各自

何れも悪天候の場合順延します (みつがしわ HP に掲載)

集合は和気町役場駐車場 (坂の右サイド 役場使用に邪魔しない) 9 時

八ヶ岳不参加でも希望者はどうぞ

和気トレ参加者は、なるべく実施前日に船越までメール下さい