装備表

≪装備表≫

☑	レインウェア	
☑	ザック	
☑	登山靴	沢靴
☑	下着(上下)	
☑	長袖シャツ	
☑	ズボン	
☑	靴下	沢用
☑	防寒具	
	帽子	
☑	手袋	
☑	スパッツ	沢用
☑	ザックカバー	防水バッグ
☑	水、水筒、テルモス	
☑	ヘッドランプ	
☑	コンパス、高度計	
☑	カメラ	
☑	地図、GPS	
☑	食料	
☑	常備薬	
☑	ファーストエイド	共同装備
☑	携帯電話、スマホ、ココヘリ	
☑	ティッシュ、ウェットティッシュ	
☑	ビニール袋	ゴミ袋
☑	タオル	
☑	虫除け	
☑	レスキューシート	
	携帯トイレ	
☑	ホイッスル	
☑	クマ除け、スプレー	スプレーは共同装備
☑	財布	
☑	運転免許証	
☑	健康保険証	
☑	ツエルト、張り縄	各自
	筆記具	
	非常食・非常燃料	
	無線機	
	赤布	

☑	ハーネス	
☑	ヘルメット	
☑	スリング(60、120cm)	
☑	カラビナ	
☑	確保器（ATCなど）	
	クライミングシューズ	
☑	ナイフ	
☑	ロープ	30ｘ２（予備含む。共同装備）
☑	ハンマー、ハーケン	各自
☑	タワシ	
	クイックドロー	×１０
	テント、張り縄	
☑	シュラフカバー	
☑	マット、補修パッチ	
☑	予備バッテリー	
☑	カラトリー	
☑	バーナー、ガス、ライター	ｘ２（予備含む。共同装備）
☑	コッヘル	各自
	タープ、張り縄	
☑	ノコギリ、着火剤	共同装備

（食料）
行動食　12H分
三食（朝昼夕、朝）
（水）
12H分