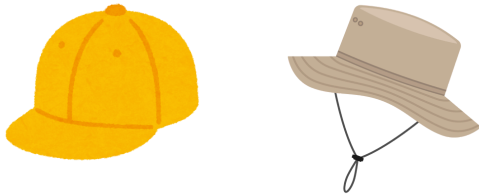


山登り服装参考

帽子



薄めの長袖またはTシャツ(薄めの長袖推奨)



長ズボン



靴下



履きなれた靴



※虫よけ・紫外線よけのため
薄めの長袖Tシャツがおすすめですが、
半袖でも構いません。

必要な方は

日焼け止め 虫よけ



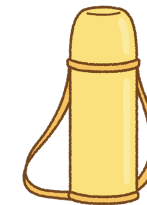
リュックの中には



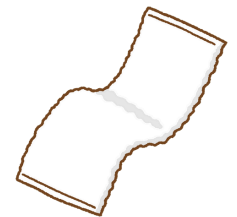
軍手



水筒



汗拭きタオル



※その他行動食も入れます。
(行動食はアクトビレッジおので準備します)
※水筒は、補充用の麦茶を用意しています。