

## 栂池～山ノ神～乗鞍スキー場 <バックカントリーツアー>

- 【日程】 2019年3月31日(日)
- 【参加費】 10,800円 (交通費・食費別途)
- 【定員】 5名 (2名以上で催行)
- 【集合】 8:00 白馬岩岳スキースクール
- 【解散】 15:30頃(あくまでも目安です) 栂池山麓
- 【参加対象】 スキー技術中級レベル以上、バックカントリー経験不問、ボード不可
- 【行動予定】 岩岳SS→白馬乗鞍スキー場まで車を回送→栂池スキー場→栂ノ森→栂池自然園→天狗原→滑走→白馬乗鞍スキー場→栂池山麓まで車で戻る

### 【装備】

種 別	品 目	内 容
ウェア	下着(ベース)	
	中間着上下	シャツ+フリースやセーター、ダウンなど
	アウター上下	
	靴下	
	帽子	
	手袋	ウールやフリース等の保温力のあるもの、予備も含む
	オーバー手袋	
	ハンドタオル	
基本装備	ブーツ	
	滑り用具一式	
	シール	
	ザック	
	水筒、フィル	
	ヘッドランプ	
	予備電池	
	サングラス	
	ゴーグル	
	薬品セット	持病薬、絆創膏、頭痛薬、テーピングなど。
	ティッシュ	
	健康保険証	
	登山用地図	
	筆記具	
	ゴミ袋	
	お金	
携帯電話		
特別装備	ビーコン	レンタル可能(発信専用)
	シャベル	
	ブローブ	
	カラビナ	ノーマルゲート1枚、安全環付1枚
	スリング	120cm×1本
	スキーゼン	
食料関係	昼食	
	行動食	
	非常食	
あってもなくても(個人の判)	カメラ	
	日焼け止め	

- 注1) ザックに入れる装備は濡れないように工夫して下さい
- 注2) 荷物の持ち過ぎに注意し、軽量化に心がけて下さい
- 注3) 忘れ物がないように注意して下さい
- 注4) 昼食は各自で用意・手配して下さい

【備考】 ・ 入山口と下山口が違うため、車でお越しのお客様には車のご協力をお願い致します。

・ 必ずご自身で遭難保険の加入をお願いいたします。ご希望であれば保険の紹介をいたしますので申し出ください。