

装備表

《装備表》

<input checked="" type="checkbox"/>	レインウェア	
<input checked="" type="checkbox"/>	ザック	
<input checked="" type="checkbox"/>	登山靴	
<input checked="" type="checkbox"/>	下着(上下)	
<input checked="" type="checkbox"/>	長袖シャツ	
<input checked="" type="checkbox"/>	ズボン	
<input checked="" type="checkbox"/>	靴下	
<input checked="" type="checkbox"/>	防寒具	
	帽子	
<input checked="" type="checkbox"/>	手袋	
<input checked="" type="checkbox"/>	スパッツ	
<input checked="" type="checkbox"/>	ザックカバー	
<input checked="" type="checkbox"/>	水、水筒、テルモス	
<input checked="" type="checkbox"/>	ヘッドランプ	予備バッテリー含む
<input checked="" type="checkbox"/>	コンパス、高度計	
<input checked="" type="checkbox"/>	カメラ	
<input checked="" type="checkbox"/>	サンダラス、ゴーグル、曇止め、メガネバンド	
<input checked="" type="checkbox"/>	地図、GPS	
<input checked="" type="checkbox"/>	食料	
<input checked="" type="checkbox"/>	常備薬	頭痛薬、目薬、高山病薬、ブリスライトEX、OS1粉末
<input checked="" type="checkbox"/>	ファーストエイド	三角巾、バンドエイド、テープ、ステロイド剤、毒抜き、芍薬甘草湯、葛根湯
<input checked="" type="checkbox"/>	スマホ、ココヘリ	タッチペン含む
<input checked="" type="checkbox"/>	ティッシュ、ウェットティッシュ	
<input checked="" type="checkbox"/>	ビニール袋	ゴミ袋、冬季収納用(靴、ロープ、ザック)
<input checked="" type="checkbox"/>	タオル	
	日焼け止め、虫除け	
<input checked="" type="checkbox"/>	レスキューシート	
<input checked="" type="checkbox"/>	携帯トイレ	
<input checked="" type="checkbox"/>	ホイッスル	
<input checked="" type="checkbox"/>	クマ除け、スプレー	
<input checked="" type="checkbox"/>	財布	
<input checked="" type="checkbox"/>	運転免許証	
<input checked="" type="checkbox"/>	健康保険証	
	ツェルト、張り縄	
	筆記具	
	非常食・非常燃料	
	無線機	
	赤布	

	ハーネス	
<input checked="" type="checkbox"/>	ヘルメット	
	スリング(60、120cm)	× 5
	カラビナ	× 5 (環付き3～)
	確保器(ATCなど)	エイト環は要相談
	クライミングシューズ	あれば
	ナイフ	
	ロープ	50mロープ 1
	ハンマー	
	ハーケン	
	クイックドロウ	× 1 0
	テント、張り縄	
	シュラフ	
	シュラフカバー	
	マット、補修パッチ	
	耳栓、アイマスク	
	予備バッテリー(コード含む)	
	カラトリー	
	バーナー、ガス、ライター	
	コッヘル	
<input checked="" type="checkbox"/>	オーバー手袋	
<input checked="" type="checkbox"/>	バラクラバ	
<input checked="" type="checkbox"/>	予備手袋、靴下	
	工具	
<input checked="" type="checkbox"/>	ワカン・スノーシュー	
<input checked="" type="checkbox"/>	トレッキングポール	
<input checked="" type="checkbox"/>	アイゼン、ピッケル	
<input checked="" type="checkbox"/>	スコップ	
	ビーコン、ゾンデ	
	象足・ブラシ、水フィルタ	
	パルスオキシメータ	
(食料) ※炭:脂:タ 3:1:1		
行動食 9H*150 1, 350kcal		
三食(朝昼) 700kcal		
(水)		
50kg*(5ml*9H)*0.7 1, 500ml ※OS1		