

2008' 柵池～山ノ神 日帰りツアー 実施要項

白馬岩岳スキースクール

- 【日程】 2008年4月5日(土) 日帰り
 【参加費】 12,000円 (保険料・ガイド料含む、ゴンドラロープウェイ代・交通費・食費別途)
 【定員】 6名
 【集合】 白馬駅前 7:30
 【解散】 白馬駅前 17:00頃(※状況によって前後します)
 【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、5kg程度の荷物を背負って8時間の行動に耐えられる方。アルペンスキー・テレマークどちらのスタイルでも参加OK。
 【行動予定】 白馬駅～車を白馬乗鞍スキー場に回送→ゴンドラ・ロープウェイを乗り継いで柵池自然園へ→天狗原めざして登山→山ノ神コース滑走→白馬乗鞍スキー場→車で白馬駅に移動・解散 (登山2時間、全行動6時間 休憩含)

【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	予備も含む。
	帽子	
	手袋	予備も含む。
	オーバー手袋	
	タオル	
基本装備	ブーツ	
	滑り用具一式	
	ザック	
	水筒、テルモス	
	コップ	
	ヘッドランプ	日帰りであっても必携。
	予備電池	
	サングラス	
	ゴーグル	
	薬品セット	絆創膏、頭痛薬、テーピング程度は自分で用意して下さい。
	ティッシュ	
	健康保険証	コピーでも可。
	地図	
	筆記具	
	ゴミ袋	
お金		
携帯電話	行動中はバッテリー温存のため電源を切る。	
特別装備	ビーコン	レンタル可能。1000円/日
	カラビナ	ノーマルゲート1枚、安全環付1枚
	スリング	ソウスリング120cm×1本
食料関係	昼食	各自で用意。
	行動食	
	非常食	ピンチの時以外は手をつけないこと。密封しておくこと。
あってもなくても (個人の判断で)	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すること。
 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) 昼食は各自で用意して下さい。