

カッパ



フリース等



山の日差しは強いです！



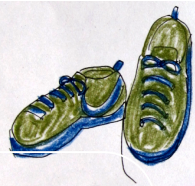
秋の山は天候によって必要な服装も変わってきます。上着を用意し、体温の管理に気を配りましょう。雨が降ることも考えられますので、カッパも必須です！



くるぶしの露出するような靴下は避けること！替えの靴下を用意しておく、いざという時助かります。

靴は軽登山靴や、履きなれた運動靴など、登山に耐えられるものにしてください。

防水性のあるものが好ましいです。



ザックの中身には昼食、飲み物、筆記用具、手袋のほかに、梅干、アメなど歩きながら食べられる携行食や、小さなレジャーシート、ビニール袋などがあると重宝します。



● 駐車場・集散場所について

下記の「信州大学教育園入口」駐車場をご利用ください。下記地図を参考に受付までおいでください。当日は駐車場にスタッフが待機しております。お気軽にお尋ねください。

