

アルプス登山は
寒暖の差に注意!



主な装備の ワンポイントアドバイス!

山にお出かけになる前にお持ちの装備をもう一度確認してみてください。
「これで大丈夫?」…分からない場合は店頭スタッフにぜひご相談下さい!

ウェア

高山は寒暖の差が非常に激しい為、真夏より1枚多く重ねられるように用意しましょう。

ザック

しっかりめの防寒着などが増えますのでゆとりのある体に合わせたサイズが必要です。

ヘッドランプ

夜行動をするつもりがなくても必ず携帯しましょう。秋になれば日も短くなります。

グローブ

防寒と保護用に、シチュエーションに合わせて2種類ぐらい用意しましょう。

ストック

大きくなった荷物や、不安定な登山道を考えると必ず心強い味方となります。

靴

平地の歩き易さよりも足のホールド力で選びましょう。硬いソールの方が足場の悪いところや岩場で安定します。

その他にも…



アンダーウェア

いざという時は保温性も発揮してくれるようなタイプがおすすめです。



雨具

しっかりとしたタイプのものを選びましょう。



ストーブ

温かいものを口にすると、疲れ方が断然違います。



防寒着

軽さ、持ちやすさ、暖かさに優れた山岳用のダウンジャケットがおすすめです。



ツェルト

いざという時、強い味方となります。