

山菜フェア (さんかく) 季節に応じた装備チェック

基本装備 〰〰〰 行く場所・季節問わず必要となる装備。

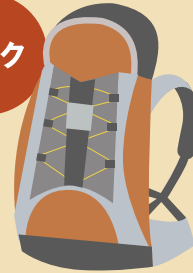
ウェア



ヘッドランプ



ザック



ストック



靴



グローブ



気温に対応する装備



インナーダウン



一番軽く小さくなるのがダウン! ギューギューにつぶして持ち歩いてもパツと膨らむ山岳用のものを選びたい。

ソフトシェル ウィンドブレーカー



1枚プラスするだけで寒い秋山でもアクティブに歩けます。まさに山岳用のジャージ?!

帽子



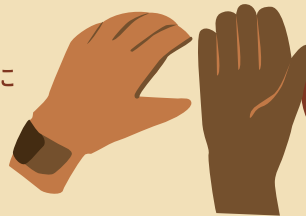
日よけ、防寒用、雨用、状況に合わせて数種類用意するのがおススメ。

アンダー



夏用の行動着に1枚プラスするだけでもグリーンとパワーアップ!! いざという時の暖かさに山岳用のものを選んで。

グローブ



保護用、防寒用など数種類用意できるとベター!

夏靴と冬靴の違い 冬場

夏場

装備が軽ければソフトな軽快に歩けるタイプでも対応しやすい。



ソックスを厚くして、冬に対応させようとするのはトラブルの原因!!

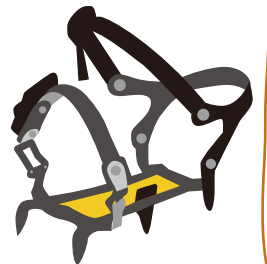


アッパー

やわらかすぎると装備+体重の重さに負けてしまう。軽アイゼンなどの締め付けにも耐えられるものを。

ソール

装備が重くなると、剛性のあるしっかりしたソールのほうが足運びも楽になります。軽アイゼンとの相性も◎



ワンポイント アイゼン

10月の高山はいつ雪が降ってもおかしくありません。降らなくても凍ってしまうことも…。必ずアイゼンを用意しましょう!