

講習会持参備品 (◎; 必要なもの、○あればよいもの、×必要のないもの)

持 参 す る も の	
テキスト	
筆記用具	◎
救急用品 (三角巾、テーピングテープ (38mm 幅)、包帯)	◎
沢靴	◎
手袋 (軍手可)	◎
着替え	◎
プーリー	○ (上級のみ)
確保器	◎
カラビナ 7 (安全環付き 3 含む)	◎
スリング 5 本程度 (φ120 2 本含む)	◎
ナイフ	◎
ツェルト (又はフライシート等)	○
ヘルメット	◎
ハーネス	◎
ヘッドランプ	◎
行動食 (1 食分)	◎

2023.7.9