

三角岳日帰り登山チェックリスト

sinji 登山部 20240524

チェック欄	項目：重量 6kg 以内推奨 (ザック含む)	特記
	ザック 35L	
	登山靴	
	レインウェア	
	帽子 (GORE-TEX)	
	グローブ	
	ゴミ袋	
	ウエットティッシュ	
	飲料水 (500ml×2)	
	行動食	
	虫除け	
	日焼け止め	
	温度計	
	虫除けネット	
	座布団	
	水筒 (お湯)	
	お箸	
	コップ (インスタント麺用)	
	ライター	
	ヘッドランプ (予備電池含む)	
	モバイルバッテリーと USB ケーブル	
	ファーストエイドキット	

※最低限の装備として記載しています。

自分の活動スタイルに合わせて装備を追加してください。

<https://sinjitozanbu.com/>

