

富士登山 自然ふれあいバスツアー 【詳細事項】

◎持ち物について

・浜松市と富士山周辺が晴れた場合、浜松の気温が35℃前後、富士山五合目付近が10℃前後になります。また、バス内の空調により、富士山到着までの気温が低くなることも予想されます。

・クラブに来るときは薄着(短パン・半袖)、バス内は少し羽織るもの、登山中は長袖・長ズボン、あるいはパーカーなどを準備してください。登山途中、体温調整により服装を調整していきます。

・山の天候は変わりやすいので雨合羽もご用意ください。

今回の登山は、すごく過酷な登山コースを登らないゆえ、いつもの履き慣れた運動靴でかまいません。

・登山後の靴(サンダルなど)

・靴下もご用意ください。

・登山後の着替え用の服装、使用した服装などを入れる袋もご用意ください。

◎塩分補給や栄養補給について

あめ、キャラメル、チョコなどは体温調整で高山病対策にぴったり。ポテトチップスを持っていくと…答えは当日のお楽しみだね！

◎飲み物について

・500mlのペットボトルを2～3本ご用意ください。

・子どもたちの日ごろ飲んでいる量に合わせてご用意ください。

・水分補給と同時にミネラル補給なども同時に取ることにより、運動機能の低下の防止や維持する手助けになりますゆえ、スポーツドリンクをおすすめします。

◎入山料について

入山料を納めると記念品ゲット！(入山料は申込代金の中に含まれています)

◎エコ&クリーン活動おこないます

・『来た時よりも富士山をもっと美しく♪』をテーマに子どもたちは、富士山の大自然に触れながら落ちているごみなどを拾う活動をおこないます。

◎中止の場合について

・天候が当日好ましくない(台風など)と判断した場合、中止になる場合もあります。

・中止の場合、開催日2～3日前に連絡差し上げます。