



持ち物チェックリスト



※印はレンタルできるもの

スキー・スノボ用品	
<input type="checkbox"/> ボード・スキー板 ※	<input type="checkbox"/> 帽子 ※ (耳がすっぽり隠れるものがオススメ)
<input type="checkbox"/> グローブ(手袋) ※	<input type="checkbox"/> ゴーグル ※
<input type="checkbox"/> ウェア(上・下) ※	<input type="checkbox"/> スキー靴・ブーツ ※
<input type="checkbox"/> ボール(ストック) ※	<input type="checkbox"/> 流れ止め ★レンタルボード：標準装備
<input type="checkbox"/> ビンディング ★レンタルボード：標準装備	<input type="checkbox"/> ネックウォーマー(マフラー)
その他スキー用品	
<input type="checkbox"/> インナーウェア上下(スパッツなど)	<input type="checkbox"/> ハイソックス (けが防止・寒さ対策)
<input type="checkbox"/> トレーナーやセーター	<input type="checkbox"/> ハンドクリーム・リップクリーム (乾燥対策に必須)
<input type="checkbox"/> 脱着が簡単な上着2~3枚 (寒さ対策には重ね着を!)	<input type="checkbox"/> 日焼け止め (晴れた日は照り返しに注意)
<input type="checkbox"/> リフト券ホルダー (ホルダー付きウェアの場合も...)	
必須ではないけど・・・ あると便利なもの	
<input type="checkbox"/> フェイスマスク (寒さ対策&日焼け防止)	<input type="checkbox"/> ヒッププロテクター (痛さ&冷たさ軽減)
<input type="checkbox"/> ワックス	<input type="checkbox"/> 防水スプレー
<input type="checkbox"/> ワイヤロック (休憩時のボード盗難防止)	<input type="checkbox"/> ゴーグルの曇り止め
<input type="checkbox"/> スマホの対衝撃ケース	
旅行用品・日常携行品	
<input type="checkbox"/> 財布 (多額の現金は持ち込まない。)	<input type="checkbox"/> 歯磨きセット・洗顔料・シェーバー・化粧水等
<input type="checkbox"/> 身分証明 (運転免許証, 健康保険証・学生証)	<input type="checkbox"/> ホッカイロ, 絆創膏, 湿布薬, 常備薬
<input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器	<input type="checkbox"/> ポケットティッシュ
<input type="checkbox"/> デジカメ・ビデオカメラ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> カバン用鍵 (セミナーハウススキー庫利用には必須)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> リフト券・リフト料金割引クーポン券	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 着替え (シャツ・下着・ズボン・靴下・防寒具)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ジャージ・パジャマ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> バスタオル・ハンドタオル	<input type="checkbox"/>

忘れ物がないように
チェックリストを
活用してね

セミナーハウスで
楽しい思い出作り

合宿の集合写真も
募集中!

詳細はホームページで