

体験ツアー時の「持ち物」について

(1) 日常に必要なもの

No.	項 目	備 考
1	上履き(室内履き)	
2	ジャージ (上下)	
3	下着・衣類 (防寒着含む)	
4	ハンカチ・ティッシュ類	
5	寝巻き	
6	洗面・浴用具類	石鹸・シャンプー・歯みがき等 基本的には元気の泉にはありませんので各自で準備
7	タオル類	タオル・バスタオル等
8	雑巾 (1 枚)	元気の泉最終日に掃除で使用
9	財布	
10	小銭入れ	日常に必要な金額を入れる
11	筆記用具	
12	体験ツアーのしおり	
13	マスク	任意
14	観光時の手荷物用バッグ	任意
15	3 日目夜ホテル泊・4 日目着替え等を入れるカバン	※1 参照
16	お土産を入れるエコバッグ等	任意

※1. 事前に往復便で送っている荷物は、3 日目朝に元気の泉キャンパスから発送しますので 3 日目夜以降使う荷物を分けられるように準備をお願いいたします

(2) スキー体験に必要なもの

No.	項 目	備 考
17	実習用アンダーシャツ	各自のジャージで代用も可
18	実習用アンダータイツ	各自のジャージで代用も可
19	スキー用靴下	厚手で長いものであれば良い
20	防寒具 (帽子・手袋等)	特に必要であれば

(3) 健康管理に必要なもの

No.	項 目	備 考
21	常備薬	日常使用しているもの（多めに）

(4) 学校(元気の泉キャンパス)で用意しているもの

No.	項 目	備 考
22	スキー実習用ゼッケン	現地で配布
23	スキーウェア（上下）	スキーウェア（上下）以外は自分の物を使用可能です。必ずスキー体験では着用してください
24	スキーグローブ	
25	スキーゴーグル	
26	スキー帽子	
27	スキー板・ストック	
28	スキーブーツ	

※管理上の理由から必ず指定のスキーウェアを着用するようにしてください

※サングラスの使用は禁止となります。スキーゴーグルを使用してください