

ワンダーフォーゲル 2018年 10月号



発売日: 2018年9月15日

出版: 山と溪谷社

PDF

この商品はタブレットなど大きいディスプレイを備えた端末で読むことに適しています。
また、文字列のハイライトや検索、辞書の参照、引用などの機能が使用できません。

特集 ソロハイク

すべての荷物と責任をひとりで背負って山に入るソロハイクには、
最低限、どんな知識と技術が必要なのか。
はじめてのソロハイクに出かようとする人のための、「これだけは知っておくべき」ハウツー
特集。

計画と準備

ソロハイカーの山選び/地図読み技術

装備

ソロハイカーの装備拝見/救急セットの中身/おすすめソロテント/ツェルトはお守りじゃない
行動

ソロハイカーの歩き方/ひとりの食事/セルフレスキュー/単独行向けコースガイド

特別企画 涸沢紅葉案内

涸沢の紅葉を徹底ガイド!

紅葉の時期をはずさない見頃ガイドやビュースポットをはじめ、山小屋大解剖、
食べ物(食事&軽食)、小屋土産、ご主人インタビュー、コースガイドを一挙紹介!

<https://k2s.cc/file/0c990863642eb/9Hh1hfvN1.pdf.rar>