準備するもの一覧表

北海道の春（５月）や秋（９月・１０月）は、朝晩に冷え込む時期です。昼間は晴れれば暖かい日もありますが、曇りや雨の日は冷えますので上着などをご用意ください。特に１０月で外で行う種目に参加する場合は手袋やニット帽も携帯しておきましょう。

	種目名	体験時の服装	持ち物など
アウトドア	ラフティング	 濡れてもよく動きやすい服 ・ジャージのような長袖・長ズボン ・猛暑時はＴシャツ、短パンなど ※中は水着でなくてもよい ＜ＮＧ服＞ ・スカート　・ストッキング ・Ｇパン　・飾りの多い服 ・タートルネックやパーカー等 首周りに生地が多い服	 小さめの袋に ・ラフティング後の着替え（下着を含む） ・スポーツタオル を入れて持ってくる ※体験時の服の用意は、長袖・Ｔシャツ両方あるとよい インナーやタイツなどで調整するとよい
	サイクリング	動きやすい服装（裾が広がるズボンは不向き） 上着（ウィンドブレーカー等） 履きなれている運動に適した靴 ※スカート・サンダル・ヒールのある靴は不可	 飲み物、小銭、タオルなど（最小限で） ※リュックタイプのカバンを持ってくる （肩掛け、手提げカバンは不向き） ※持ち物はなくてもよい ※暑い日は自動販売機がある場所で休憩するので水分を摂りたい時は小銭があればよい
	トレッキング	動きやすい服装、上着（ウィンドブレーカー等） 履きなれている運動に適した靴	上着、飲み物、タオル、カッパ、虫よけスプレー ※リュックタイプのカバンに最小限の物のみを入れてくる （重くなるので不要なものは持ってこない）
	パークゴルフ	動きやすい服装 多少汚れてもよい運動に適した靴 ※芝生が濡れている場合があります	タオル、カッパ ※持ち物はなくてもよい（プレー中邪魔になるので） ※持ち物がある場合は、リュックタイプのカバンに最小限の必要な物だけを入れてくること
	カヌー	動きやすく多少濡れたりしてもよい服や靴、帽子 春・秋は軍手があると良い	タオル、上着、カッパ、靴下の替え 濡れてもよい靴など
	リバーフィッシング	多少汚れたり濡れたりしてもよい服や靴	タオル、上着、カッパ
	釣り堀	多少汚れたり濡れたりしてもよい服や靴	タオル、上着、カッパ
	渓流釣り堀＆調理体験	多少汚れたり濡れたりしてもよい服や靴	タオル、上着、カッパ
	ニュースポーツ・モルック	動きやすい服装、運動に適した靴（ヒール不可） ※芝生が濡れている場合があります	タオル、上着
インドア	インドア種目全般	特になし（炭火を使う種目は制服以外がよい）	ハンカチ、上着、汚れが気になる人はエプロンなど ※「パン作り」はエプロン持参がおススメです
オプション	乗馬	多少汚れたりしてもよい服や靴 ※スカート・サンダル・ヒールのある靴は不可	タオル、上着、カッパ ※水筒、春～夏は虫除けスプレー等があるとよい
	早朝熱気球係留フライト	スカート・サンダル・ヒールのある靴は不可	上着
	ニセコ・千歳川清流下り	多少汚れたり濡れたりしてもよい服	タオル、カッパ、水遊びしたい場合は着替え

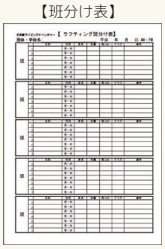
事前にご提出いただく書類

各種目で事前にご提出いただく書類がございます。

ラフティング ニセコ／千歳川清流下り	「班分け表」--7 名以内で班分けして頂き、お名前・身長等をご記入ください。 「参加申込書（同意書）」--18 歳未満の方は保護者のサインが必要です。 大人でも、参加する方はご提出ください。
サイクリング トレッキング	「参加申込書（同意書）」--18 歳未満の方は保護者のサインが必要です。
カヌー リバーフィッシング	「参加者名簿」-- 保険書類として、名簿（あれば性別）を ご提出ください。 「参加申込書（同意書）」--18 歳未満の方は保護者のサインが必要です。 大人でも、参加する方はご提出ください。

班分け表・参加申込書はサイトからダウンロードすることができます。

【班分け表】



【参加申込書】

