

## 濡れてもよいウエアをご準備ください！



- ・ 乗り降りの際、足元が濡れる
- ・ 漕いでるパドルから水が滴る
- ・ 波しぶきがかかる
- ・ バランスを崩すとひっくり返り、全身が濡れる



<p>ウエア</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 速乾素材の動きやすいウエアがいいです。なければ普段着でも大丈夫です。</li> <li>※ジーンズは濡れると重たく動きを妨げますので不向きです</li> <li>※カヌーの構造上、スカートやワンピースは不向きです</li> <li>・ 長袖、長ズボンが日焼け防止や怪我防止になります。</li> <li>・ アンダーウエアとして水着の着用も有効です。</li> </ul>	 <p>速乾素材</p>
<p>シューズ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ マリンシューズ、ウォーターシューズが適しています。</li> <li>・ スポーツサンダルも適していますが、かかとが固定できソールは薄めのものがいいです。</li> <li>・ ジョギングシューズなど、靴底の分厚いものは適しません。</li> <li>・ ビーチサンダルなど、簡単に脱げるものは怪我をしたり、海に流してしまう心配があります。</li> </ul>	
<p>帽子</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 熱中症対策として着用することをお勧めします。</li> <li>※あご紐の無いものは風で飛ばされます。キャップキーパーを別途ご用意ください。</li> </ul>	
<p>めがね</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 海に落とす心配があります。</li> <li>・ めがねバンドをご準備ください。貸し出しも可能です。</li> </ul>	
<p>サングラス</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 必要な方はご準備ください。</li> </ul>	
<p>日焼け止め</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 屋外には日陰がありませんのでご注意ください。</li> </ul>	
<p>酔い止め</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 乗り物酔いが心配な方はご準備ください。</li> </ul>	