

負荷訓練



昭和44年6月2日

1969

— 参 加 者 —

- 5 C.L 中村周司 豊 西国 2-17-14 (631) 5079
- 3 S.L 碓井達夫 豊 東池袋 3-13-18 (981) 4342
- 2-2 飛沢裕一 文 大塚 5-3-8 (941) 6303
- 5 笠原 聖 練 豊玉北 1-8 (992) 8132
- 4 渡辺 亮介 練 高松町 2-4 544 (997) 7025
- 2 和田 善六 千原 松戸市総台 138 (0473) (62) 6653
- 7 佐藤 毅 港 南青山 3-8-34 (408) 9129
- 2 武田 重行 豊 巢鴨 5-1072
- 3 矢野 元重 北 東十条 2-14-15 (911) 290
- 1-8 二村 謙次 文 大塚 3-22-2 (941) 7836
- 8 手島 達雄 荒 東尾久 2-12-8 (892) 6782
- 8 新岡 正美 品 大井町 3-25-2 (77) 5576
- 3 市川 隆弘 中 日本橋室町 4-5 (241) 5311
- 2 木島 孝嘉 船橋市西船橋 4-9-17 0474 (31) 4405
- 0.B 菅野 則一 大宮市植竹町 2-80 0486 (63) 7856

個人準備

ニッカ一 (1)
カッターシャツ (1~2)
下着(上下) (1)
靴下 (2)
セーター (1)
軍手 (2)
ヤッケ (1)
ポンチョ (1)
靴 (1)
◎エアマット (指している者)
ホリタンク (20-1)
武器
手ぬぐい (2~3)
タオル)
ビニール3-31キ
折り紙
地図
磁石
身分証明書
細引
ハシ 什

靴ヒキ (予)
新聞 (多)
マッチ
非常食
シュラフ
懐中電燈
電池球 (予備)
米 2石半

団体装備

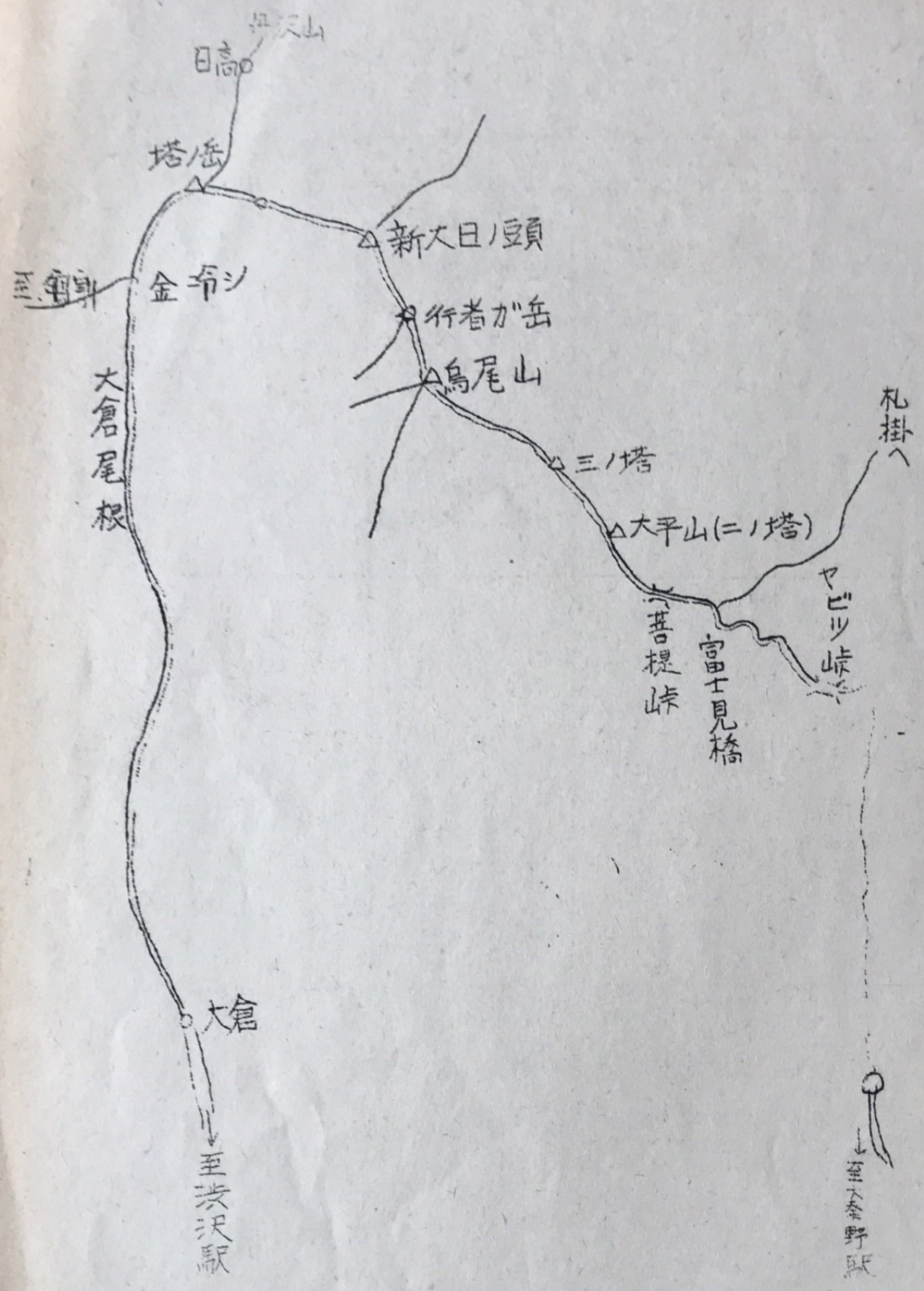
夏ラント	(2)	}	医薬品	1ハコ	
冬ラント	(1)		ザイル	/	
ナベ	(2)		ペグ	60	
シナナベ	(1)		メンツ	60	
ラジウス	(5)		ツェルド	/	
メタ			ポール	各種	
ポリタンク(石油)	(1)		ホウキ	2	
包丁	(3)		}	針金	
ホタヤ	(1)			予備ハイツナ	
シャモジ	(1)				
クワシ	(3~5)		ガス		
洗剤	(1)				
キャンドル	(2ハコ)				
ランタン	(全部)				
ラジオ					

——ボウ力訓練行程表——

21日 学校 → 新宿 電 1:10 → 大秦野 $\frac{25分}{バス}$ →
 → 箕毛橋 $\frac{25分}{}$ → 春岳沢(泊) $\frac{60分}{}$ ヤビツ
 20 → 富士見橋 $\frac{5分}{}$ → 菩提峠分岐点 $\frac{60分}{}$ →
 → 二,塔 $\frac{10分}{}$ → 三,塔(飯) $\frac{30分}{}$ → 鳥尾山 $\frac{25分}{}$
 → 行者,岳(飯) $\frac{40分}{}$ → 新大日,頭 $\frac{15分}{}$
 → 木,又大日 $\frac{45分}{}$ → 塔,岳 → 花立 →
 → 堀山 → 大倉 $\frac{10分}{バス}$ → 渋沢 $\frac{1:20}{電}$ → 新宿

★費用

新宿	——	大秦野	200
大秦野	——	箕毛橋	30
大倉	——	渋沢	30
渋沢	——	新宿	220
食料費			300



負荷訓練食料計画

	朝食	昼食	夕食	間食
21 日 全		学校で すます	飯 焼肉、ブタ肉 玉ネギ、ニンニク コショウ、シヨウ油 サラダ油 サラダ、レタス トマト、キウリ ミソ汁、大根、 ジャガイモ Xガシ 34~36	
22 日 全	飯 1合 x 18 干魚 ミツン 野菜 イタメ キャベツ、玉ネギ 人参、コショウ キミソ汁、油揚げ 長ネギ、ミソ 塩干ダラ	紅茶 テーバック ジュース パン マーガリン ジャム マムレード 生野菜 チーズ		粉末ジュース バター、ココナツ 氷砂糖 アメ レモン 砂糖 etc

食当

- A. 渡辺 飛沢 笠原 武田 木島 新岡
B. 佐藤 和田 矢野 市川 手島 二村

21	朝	昼	夜 A
22	B	全全員	



独 協
 ワニダー
 フォーケル

1969 6月21日~22日