

自然体験プログラム 2024 年概要書

■タイトル：志津川湾 SUP

サーフィンのようにボードに立ちパドルを漕いで海上を進むマリナクティビティです。Stand Up Paddle の略で「サップ」と読みます。体幹と体のバランスをとりながら風を感じ海の上を漕ぎ進みます。1人で立ち漕ぎができるようになったら、海上をぐるりと SUP 散歩に出かけましょう。

■料 金：中学生以上 1 名 5,390 円(税込)

■所要時間：120 分(2 時間)

■定 員：2 名～15 名

■開催場所：南三陸・海のビジターセンター

■期 間：5 月～10 月末

■参加資格

- ・中学生 1 年生以上の健康な方が対象です。
- ・持病やケガ、障害、アレルギーなどをお持ちの方、体重が 100kg 以上の方は事前にご相談ください。
- ・妊娠中、飲酒や二日酔い、寝不足などにより体調が著しく悪い、病気やケガなどにより安全に活動ができない、ガイドの指示に従っていただけない方はご参加いただけません。

■服 装：必須

- ・帽子(ナイロン製のものや撥水性を推奨、あご紐がついているものだと良い)
- ・アウター(寒い時期はウェットスーツを着用します)
- ・インナー(水着をベースに、化繊 T シャツやラッシュガード等薄手のパーカーや羽織るのもよし。綿素材のものは塗れると体温を奪うので NG)
- ・パンツ(水着のままでも OK、レギンスにハーフパンツなどもおススメです。寒い時期はウェットスーツを着用します)
- ・靴(マリニブーツをレンタルできるので裸足にサンダルで OK、サイズや数に限りがありますので、心配な方は事前にお問い合わせください。自分のものを使いたい場合はかかとの固定されるもの クロックスは OK、ビーサンは NG)

■持 ち 物：必須

- ・飲み物(ペットボトル等、海に持っていけるもの)
- ・タオル(ハンドタオル・シャワー時のバスタオル)
- ・帰りの着替え
- ・健康保険証

※上記の服装・持ち物を忘れた場合、参加できないことがあります。

※上記以外の専門的な器材はレンタルとなり、レンタル料は料金に含まれております。

※基本情報シート兼同意書の提出が必要です。

■あると便利な物

- ・日焼け止め、サングラス、グローブ
- ・メガネバンド、使い捨てコンタクトレンズ(メガネやサングラス使用の方はあると良い)

■留意事項

- 実施に際し、一定の基準を設けており、気象条件や海の状況によっては、プログラムを中止することがあります。
- 当日、雷注意報や気象警報が発令された場合は、天候に関係なく中止となります。この場合、キャンセル料は発生しません。

