

	<b>旅の持参品リスト</b>		
	<p>モンゴルは気候の影響で、夏季でも日中と朝晩の寒暖の差が大きく変動します。大自然を相手にするオフロードバイクツアーには適された品物をご持参いただくことが重要です。下記はご参考までの必要品のリストです。それぞれ個人に合わせてご準備して下さい。</p>		
	<b>持参品名</b>	<b>メモ</b>	
貴重品	航空券	お名前と発着時間などを確認すること	
	海外旅行保険証	成田空港でも加入できる。出発日までにご加入する事	
	現金(米ドル)	小額が良い(買物やお礼に)	
	クレジットカード	市内の飲食店、ホテルなどに便利	
	手帳など	忘れずに	
	旅日程表、資料類	旅の日程、ガイド名、宿泊先のアドレスなど	
	大型トランク	荷物量により小さくても良い	
	ザック・サブザック	ツーリングの時に身の回り品用	
	オフロードヘルメット	準備お願いします。	
	グローブ	準備お願いします。	
	オフロードジャケット	準備お願いします。	
	パンツ(ズボン)	準備お願いします。	
	シューズ・ブーツ	準備お願いします。	
衣類	雨具	朝晩や雨天の防寒具	
	ウインドヤッケ	長袖が良い(日焼けと防虫対策)	
	カッターシャツ	ポケットの多いものが便利	
	ズボン	同上(メッシュが良い)	
	ベスト	通気性がよく乾燥が速い物が良い	
	下着シャツ	同上	
	ズボン下	同上	
	パンツ	多少厚手のものが良い	
	靴下	4組位が適	
	登山靴	軽くて歩きやすいもの。	
	帽子(つばあり)	日射病及び熱射病の予防	
	シャツ	長袖が良い、Tシャツも必要	
	セーター	朝晩はかなり冷え込む、あると便利	
	手袋	軍手、普通の手袋もう1枚用意	
	タオル	タオル、ハンカチは1枚ずつ用意する	
	洗面用具	ひげそり、シャンプー、歯みがき等	
薬品	薬品類	風薬、傷薬、ビタミン剤等など、特に常用薬品に注意	
	ティッシュ	ウェットティッシュが便利	
	トイレトペーパー	トイレトペーパーがあると便利(町で購入可)	
	サングラス	光線が強いのであると便利	
	日焼け止め	日焼け止めクリーム、リップクリームなど	
	万能ナイフ	あると便利	
	ビニールテープ	あると便利	
その他	水筒	ミネラルウォーター用に	
	コップ・箸	テント・ゲルや草原などの時にあると便利	
	ライター	あると便利	
	懐中電灯	ゲル・テント生活の時にあると便利	
	目覚まし時計	ゲルの中に時計が無いためあると便利	
	使い捨てカイロ	あった方が良い	
	お土産	現地スタッフ、遊牧民宅訪問などの時に	
	顔写真	パスポート写真と同サイズ2枚	
	カメラ	忘れずに	
	フィルム、バッテリー	忘れずに	
	辞書	あると便利、ウランバートル市内でも販売している	
	ガイドブック	あると便利	
	日記帳	旅の思い出として	
	食事・味付け	食事は肉類が多いので、醤油、梅干、インスタント味噌汁、カップラーメンなど	