



8:05

歩き方注意

動物の足跡

無垢の雪の絨毯を歩きましょう



木の実が春をまっています



結構な勾配を登りますハイポーズ

8:55 曲がった枝がベンチになる位積雪あるときも



ストック利用2人で踏ん張って起こすこと
スノーシュー履いてこけた場合の救助の仕方



NO10