

MS & US Basecamp Course - Spring 2021

Chadwick International Outdoor Education

* 해당 장비에 학생의 이름과 학년을 기재 해 주시기 바랍니다. 분실된 장비는 학교내에 비치되어 있는 lost and found에서 찾아가시기 바랍니다.

* 아래의 물품들은 활동을 통하여 더러워지고, 손상이 가며 물에 젖을 수 있음을 인지하시기 바랍니다.

* 장비 구매시 사이즈와 무게를 고려하시기 바랍니다. 최대한 가볍고 압축성이 있는 제품들로 구매하시기 바랍니다.

*** 개인 필수 장비는 반드시 필요한 장비들이니 모두 챙겨오시기 바랍니다. 옵션/선택적으로 가져오는 것이 아닙니다. 이는 보다 더 안전하고 쾌적한 활동을 할 수 있도록 도와줄 것입니다.**

* 프로그램시 필요한 아이템들은 아래 공지되어 있으므로 이외에 아이템은 소지할 수 없습니다. 첫째날 공지된 모든 아이템들을 가지고 오시기 바랍니다.

* 장비와 관련된 질문은 Outdoor Education(이하 OE) 사무실로 전화 또는 sondo-outdoored@chadwickschool.org 로 메일 보내주시기 바랍니다. 정확한 답변을 위하여 질문시 학년, 참여 코스, 관련장비에 대한 사진을 첨부하여 보내주시기 바랍니다.

개인 필수 장비

(안전과 관련하여 반드시 필요한 장비입니다)

장비	필요 개수	설명
더플백	1	모든 장비를 다 담을 수 있을 만큼의 충분한 크기의 더플백입니다. 코스 장소 도착 후 버스에서 하차하여 학생 본인이 캠프지로 직접 들어 이동할 것입니다. 하여 최대한 가볍게 준비하시기 바랍니다. 모래사장 또는 비포장 길로 이동할 가능성이 있기 때문에 바퀴가 달려있는 캐리어 타입에 가방은 추천하지 않습니다. 45리터를 넘지 않는 가방을 추천하지만 아래 장비가 모두 들어갈 만큼의 충분한 크기의, 근거리 이동시 들고 다닐 수 있을 정도의 가방으로 준비하시기 바랍니다. 해당 장비에 이름과 졸업 연도를 기재해 주시기 바랍니다 (class of xxxx).
침낭	1	합성소재의 충전물이 내장되어 있는 침낭, '0도에서 -10도' 까지 사용을 하였을 경우 편안하고 머리를 감싸 '후드'가있는 '머미' 형태와 휴대하기 용이한 사이즈의 제품입니다.
우의 상&하의	1 세트	방수 기능에 준하고,우천시 사용가능한 방수/방풍이 가능한 후드가 달린 제품입니다. 구매시 내부 재봉선의 방수처리 여부를 확인 하시고 시중에서 판매하는 판촉우의는 활동의 적합하지 않아 착용 불가 합니다.
당일산행 배낭	1	정식, 물병, 보온의류 및 자켓, 우의, 저널 등을 가지고 다닐수 있는 크기의 배낭입니다 (약 20리터의 크기를 추천합니다). 일반 등하교 배낭도 괜찮습니다. 해당 장비에 이름과 졸업 연도를 기재해 주시기 바랍니다 (class of xxxx).
대형 플라스틱 백	2	김장백과 같은 대형 플라스틱 백입니다. 방수가 필요한 장비 또는 의류를 플라스틱 백에 넣은 후, 이를 더플백 또는 여행 가방에 넣어 오면 됩니다.
물병	2	최소 1리터 크기의 휴대 가능한 물병 2병 입니다.
등산화	1 켤레	튼튼하고 접지력이 좋은 당일 산행을 포함한 모든 코스 활동에 적합한 등산화입니다. 캠프 내에서도 착용 할 수 있습니다. 경향소재의 등산화를 추천하며 운동화는 추천하지 않습니다.
리버 / 카약 슈즈	1 켤레	카약 활동시 신을 신발입니다. 안전하고 쾌적한 카약킹을 위하여 반드시 발가락이 덮여 있고, 접지력이 좋으며, 물이 잘 빠져야 합니다. Keen/킨 (브랜드)사에서 출시 되는 샌들 타입의 신발이 적합한 스타일입니다. 이외에도 오래되고 막 신을 수 있는 운동화도 적합합니다. 발가락이 노출되어 있는 신발 또는 샌들, 크로스 및 아쿠아슈즈 등은 강 속에서 발을 디딜 때 바위로부터 발가락을 보호해줄 수 없고 잘 벗겨지기 때문에 적합하지 않고 안전하지 않습니다. 이를 소지할 경우 활동이 불가하오니 참고 부탁드립니다.
양말	3 켤레	등산양말, 양모소재 또는 합성소재의 양말을 준비 바랍니다 (면 양말은 안됩니다).
보온 자켓	1	가볍고 휴대하기 편한 제품의 합성소재나 다운소재로 만들어진 자켓 입니다.
플리스 상의	1	플리스 (폴리에스터)소재의 상의입니다 (면 소재 상의나 면 후드티 절대 금지).
하이킹 셔츠	2	합성소재/퀵 드라이/나일론 소재의 티셔츠 1벌 (면셔츠 절대 금지) 햇빛을 가리기 위해 긴팔을 권장 합니다.
취침 셔츠	2	취침 시 착용할 편한 면소재의 셔츠를 권장합니다.
하이킹 긴바지	1	경량, 100% 나일론 소재의 긴바지를 권장합니다. 바지는 햇빛, 추위, 벌레 등으로 부터 보호될 수 있으며 면바지는 절대 금합니다.
내의 하의	2	카약 활동시 카약바지(제곱뿔) 안에 착용할 용도로 1벌은 젖을 수 있습니다. 젖지 않는 1벌은 캠프사이트에서 야간에 보온을 위해 착용할 것입니다. 면소재 내의 절대 금지입니다.
플리스 하의	1	추운 날씨를 대비하여 착용할 긴바지입니다. 반드시 플리스(폴리에스터) 소재로 준비하시기 바랍니다 (면바지 절대 금지).
반바지	1	경량, 나일론 / 퀵 드라이 소재의 체육복 반바지와 같은 반바지입니다. 수영 활동, 캠프사이트에서, 또는 취침시 편안하고 시원한 활동을 위함입니다. 면소재의 반바지 절대 금지입니다.
수영복	1	학교 수영복이면 좋습니다! 여학생들은 수영복 위에 반바지 착용 가능하고 남학생들은 반바지를 입고 수영 가능합니다.
속옷	4	2벌은 나일론/퀵 드라이 소재의 속옷, 나머지 2벌은 취침시 착용할 용도이므로 면소재도 좋습니다. 최소 2벌은 나일론과 같은 합성소재의 속옷을 준비 바랍니다.
보온 모자 / 비니	1	양모 또는 플리스 원단의 커가 덮여지고 헬멧과 함께 착용할 수 있는 스타일의 비니입니다. 면 모자는 절대 금합니다.
모자	1	야구 모자 스타일 또는 창이 넓어 목 뒤까지 햇빛이 가려지는 스타일의 모자입니다. 헬멧과 함께 착용할 수 있는 것을 추천합니다.
헤드램프	1	사전 건전지 확인/교체 바랍니다. 여분의 건전지를 가져와도 좋습니다.
선글라스	1	자외선으로부터 보호할 수 있는 선글라스입니다. 활동시 손상이 갈수 있으니 저렴한 제품을 권장 합니다.
선크림	1	SPF 30 이상. 휴대가 용이한 (여행용, 약 4온스) 방수 선크림을 권장합니다.
치약 & 칫솔	1	휴대가 간편한 사이즈의 (여행용, 약 3온스) 치약과 칫솔을 권장합니다.
식기	1	접시(선택), 밥그릇, 컵, 수저세트, 포크 등. 금속식기 세트는 학교에서 제공 가능합니다.
반다나 / 손수건	1	면소재도 적합합니다. 햇빛 가리개와 세안/세척 용도입니다.
손소독제	1	개인용 크기가 적합합니다. 강사를 또한 그룹용으로 사용할 큰 소독제를 지참합니다.
마스크	3	마스크는 프로그램 중 항상 착용합니다. 대기오염 정도가 나쁠 경우를 대비하여 KF99제품을 추천합니다.
여성용품		코스기간 동안 생리주기가 변동될 수 있으니 예정된 주기가 아니라도 여성용품을 가지고 오십시오. 우천시를 대비하여 지퍼백이나 드라이백에 보관 바랍니다.
개인 처방 의약품		** 학교 nurse를 통하여 개인 처방의약품 정보가 전문 강사/선생님/운영진에게 전달이 될 것입니다. CI Health Office에 개인 의약품 정보를 최소 일주일 전까지 등록/업데이트 해주시기 바랍니다.** 코스 당일 미등록된 의약품을 소지하고 있으면 보호자/학부모님께 연락하여 확인과정이 필요하기 때문에 번거로운 상황이 발생될 수 있습니다. 소지한 의약품은 영문으로 해당 학생 이름, 담당 의사 이름과 연락처, 의약품명, 복용이유, 복용 일시(식후 or 식전), 복용시 나타날수 있는 부작용, 같이 복용 하면 안되는 의약품, 복용하지 않았을 경우의 필요한 조치 등을 기재하여 제출하여 주십시오. 이는 담당 강사와 운영진들이 필요 시 참고하여 조치 할 수 있음을 위한입니다.
Medical Form 업데이트 & 비상 연락처 ***사전에 학부모 포털에 접속하여 해당 학생에 대한 메디컬 폼 작성을 부탁드립니다***		
개인용품 관련		프로그램 중 욕실 또는 샤워실 이용이 불가 합니다. 개인 비누, 샴푸, 데오드란트, 바디 스프레이는 금지 품목 이며, 이를 사용하였을 경우 샤워를 통한 세척/세안이 불가능 하므로 이에 따른 부작용이 따라 올 수 있습니다. 위 금지 품목등에서 분출되는 향 또한 각종 벌레와 곤충, 야생 동물들을 유인할 수 있으므로 특별한 주의 부탁드립니다.

개인 추천 & 옵션 장비	
아래 장비들은 학생들에게 제공 되지 않을 선택 & 옵션 장비들 입니다.	
장비	설명
등산 부츠	경량 소재에 발목보호가 되는 등산부츠입니다. 새 재품을 착용할 경우 물집이 생길 가능성이 있으니 쾌적한 활동을 위하여 구매 후 신발을 길들이시길 바랍니다. 방수기능이 있는 제품은 쾌적한 활동을 할수 있지만 필수는 아닙니다. 만약 발목, 무릎, 허리 부상이 있으면 등산 부츠를 권장합니다.
라이너 양말	하이킹 또는 패들링 활동 중 나타날수 있는 물집을 방지하기 위한 방법으로 얇고 부드러운 합성소재의 제품을 권장합니다 (면소재 금지).
장갑	하이킹 시 햇볕이나 캠프장에서 추위로 부터 보호 할 수있는 장갑을 권장합니다.
배게	작은 사이즈에 여행용 배게입니다 (집에서 사용하는 배게는 안됩니다).
타올/사롱	가볍고 휴대가 가능한 타올/사롱을 추천 합니다. 카약킹 시 탈의와 건조를 위한 용도이므로 허리에 두를수 있는 크기의 타올을 권장합니다.
워킹 스틱	무릎, 허리, 발목에 부상이 있거나 약한 학생들에게 추천합니다.
발목 보호대	사전에 발목 부상이 있었거나 약한 발목을 가지고 있다면 이를 서포트 해줄 수 있는 발목 보호대를 추천합니다
손목 시계	알람기능이 있는 손목 시계를 추천합니다. 코스 중 휴대폰을 사용할 수 없으므로 이와 같은 기능이 있다면 원활한 활동의 도움이 될 것입니다.
디지털 카메라	활동 시 사진을 찍을 수 있는 방수 카메라 추천 합니다. 휴대폰 카메라 절대 금지.
립밤	햇볕으로 부터 보호 할수있는 SPF 30 이상의 제품을 추천합니다.
머리 빗	긴 머리의 학생들을 위한 작고 휴대가 편한 머리 빗을 추천합니다.
컨택트 렌즈	평상시 컨택트 렌즈를 착용하는 학생은 분실의 경우를 대비하여 여분의 렌즈와 안경을 가지고 오는 것을 추천합니다.
벌레 기피제	휴대가 편리한 사이즈의 친환경 기피제 (4온스) 제품을 추천합니다. 100% 디트 제품은 독성이 강하고 등산 의류의 손상을 줄 수 있어 추천하지 않습니다.
여분 식량	OE 사무실에 사전 공지 바랍니다*** 종교적인 또는 건강상(알러지)등의 이유로 음식물 섭취에 제한이 있는 경우에만 에너지바 등 간식이 허용됩니다. 이는 반드시 사전에 OE 사무실과 강사에게 승인을 받아야 하며, Medical Form에도 반드시 기입되어야 합니다. 원활한 진행을 위하여 식량과 관련한 사전 공지 부탁드립니다***

제공 장비	
*** 2021 봄 시즌에는 모든 장비를 살균해야하는 작업이 필요하기 때문에, 모든 학생들에게 침낭과 비옷을 제공할 수 없습니다***	
아래 장비는모든 참가자들에게 제공되지만, 개인적으로 준비하여도 괜찮습니다	
장비	설명
캠핑 매트	써머레스트(Thermarest)사의 공기주입식 에어매트리스 또는 폼/발포 매트리스 입니다. 구매시 학생의 신장을 고려하여 하십시오. 학교에서는 발포 매트리스가 제공이 됩니다.
패들링 상&하의	카약킹과 우천시 보온과 방수를 위하여 착용할 패들 자켓과 바지 입니다.

금지 장비 / 품목	
코스 중 소지 불가한 아이템 입니다. 소지 시 담당 운영진에 의해 압수될 것입니다.	
품목	설명
개인 금지 품목	드라이 샴푸, 바디 스프레이, 비누, 물티슈, 데오드란트 등. 위 품목에서 발생되는 향에 의하여 벌레와 야생동물유도 할 수 있습니다. 위 품목을 소지 함으로써 배낭이 무거워지며 이로인해 보다 더 힘든 시간을 보낼 수 있습니다. 며칠 동안 이 항목들 없이 대안으로 살아가는 방법을 배울 수 있는 기회이며, 내년 프로그램을 준비하는데 도움이 될 수 있습니다.
사전 공지 되지 않은 / 일반 의약품	코스 중 필요한 의약품은 OE 팀과 교내 health office에서 제공이 됩니다. ***최소 일주일 전에 학교 health office에 코스시 필요한 의약품을 제공 바라고 Outdoor Education Medical Form에 반드시 기재 바랍니다.*** 사전에 메디컬 폼에 공지되지 않은 의약품 (일반 의약품 포함)은 가지고 올 수 없습니다. 각조 강사와 운영진은 진통제, 감기/몸살, 소화제 등 기본적인 구급상비약과 응급 처치 키트를 상시 휴대하고 필요시 해당 학생에게 제공될 것입니다.
휴대폰	집에 두고 오기바랍니다. 소지 시 주위 환경에 의해 손상이 갈수 있습니다. 만약 소지시 운영진에 의해 압수되고 이에따른 절차가 진행될 것입니다.
여분 식량	반드시 OE office와 사전 협의가 되어야 합니다. 종교 또는 건강상 이유외의 식량은 소지할 수 없습니다.
전자 기기	아이패드 노트북 등의 전자제품은 금지 품목 입니다.
그외 품목	본 리스트에 기재되지 않은 항목들은 압수될 수 있으며, 소지를 한 경우 핸드북에 공지되어 있는 징계를 받을 수 있습니다.

개인 장비 구입매장 추천	
프로그램에 적합한 장비 구매를 위하여 OE 팀은 트리플스트리트에 위치하고 있는 유니클로와 데카톤 추천합니다.	
데카톤 / Decathlon	
인천광역시 연수구 송도과학로 16번길 33-1, 22002 (트리플스트리트)	
유니클로	
아래 나열되어 있는 아이템 또한 유니클로에서 구입할 수 있습니다. 플리스 상의, 하의, 내복 상의, 하의, 보온 자켓 등	
인천광역시 연수구 송도국제대로 123, 21984 (트리플스트리트)	