

MATERIEL A EMPORTER POUR LES RAIDS A SKI DE RANDONNEE

- Matériel individuel

Ski de randonnée avec carres en bon état		Chaussures de ski de randonnée		Casque d'alpinisme	
Sac à dos 40-45L (suivant le raid) avec des attaches ski		Gourde + Thermos		Bonnet + buff	
Peaux autocollantes		Lampe frontale		Pantalon de randonnée à ski + sur pantalon type Goretex	
Couteaux à neige		Crème solaire		Veste polaire, Softshell ou sholler	
Bâtons de ski de randonnée		Lunette de soleil indice 4 + masque de ski		Veste Goretex ou veste étanche	
Pelle, sonde, ARVA*		Trousse de secours + pansements double peau (si ampoules)		Petite doudoune type Primaloft	
Crampons réglés à vos chaussures de ski		Affaires de toilettes (légères et petites)		Sous vêtements techniques respirants	
Piolet		Papier toilette		2 paires de chaussettes de rechange + sous vêtements de rechange	
Baudrier + mousqueton + sangle dyneema		Gants + moufles		Barres énergétiques	

*Pelle, sonde, ARVA, sont fournis par mes soins. (Porter son lot de piles)

- Matériel collectif

Réchaud*	
Papote*	
Bouteilles de gaz*	
Nourritures	
Cartes + boussole + GPS	

* En fonction du type d'hébergement