

Liste matériel 01

Skis
Bâtons
Peaux de phoque
Chaussures
Sac à dos
Couteaux
Crampons
Pelle
Sonde
DVA (avec piles neuves Alcaline)
Lampe frontale
Couverture de survie Alu
Sangle de 2ml
Mousqueton à vis
Baudrier léger

Veste Goretex
Carline (sous vêtement 2x)
Doudoune ou polaire
Pantalon de ski
Surpantalon Gore-tex
Chaussettes 2 paires
Bonnet
Lunette de soleil
Masque de brouillard
Casque
Beuf (à mettre sous le casque)
Gants 2 paires

Trousse de toilette (petite)
Brosse à dent
Dentifrice
Gant de toilette
Serviette PM
Pharmacie (paracétamol, pansement, imodium etc)
Téléphone
Chargeur
Livre de lecture
Lunettes de lecture
Sac à viande _

Vivres de course pour 5 jours
Thermos (0,75 minimum)
Gourde à eau ou bouteille 50cl