## CHECK UP grande voie rocher pour 2nd de cordée :

## Matériel :

- chaussons (*avec leash*)
- sac à magnésie
- casque
- *gants d'assurage*
- baudrier (avec longe, machard et maillon rapide)
- descendeur avec 3 mousquetons à vis
- 1 sangle de 120cm + 1 kit relais (s180cm + mousquif à vis)
- 1 dégaine
- *bâton*

## Fond de sac :

- sac à dos (20L)
- nourriture
- gourde/poche à eau
- trousse 1ers soins (+ kit bricolage)
- crème + stick solaire
- topo + papiers identité + argent liquide + licence CAF
- tél. portable + GPS
- lunette de soleil
- coupe vent
- micro-polaire
- buff, casquette …
- chaussures d'approche