Liste matériel à la journée et en raid ski de randonnée

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Matériel technique** | **Matériel**  **personnel** | **Matériel pour le groupe** | **Matériel pour initiation** |
| Chauss/skis/peaux/couteaux/bâtons/piolet/1 bâton secours (groupe) | + | + | + |
| Colle /fart anti-bot |  | + |  |
| Sac à dos 40l pour un raid avec porte skis(30l/journée) | + |  | 30l |
| 1 sangle (1,2m)+1 longe+2 mousquetons | + |  |  |
| Cordelette (5m)/autobloquant/corde (30m)/ |  | + |  |
| Crampons anti bot aluminium (+ léger) | + |  |  |
|  |  |  |  |
| **Sécurité** |  |  |  |
| ARVA avec piles neuves/pelle/sonde | + |  | + |
| Frontale avec piles neuves | + |  |  |
| Couverture de survie | + |  |  |
| Bougies+briquet |  | + |  |
| Chaufferette | + |  |  |
| Sursac étanche et/ou poche poubelle | + |  | + |
| Couteau multifonction |  | + |  |
| Piles de rechange |  | + |  |
| Pharmacie (compeed/elasto/doliprane gélule/compresses/désinfectantspray/anti-inflamm/anti-diarr/spasfon/tiorfan/myolastan/arnica/isoxan |  | + | compeed |
|  |  |  |  |
| **Protection** |  |  |  |
| Crème solaire+stick lèvre | + |  | + |
| Chapeau ou casquette ou bandana | + |  | + |
| 1 masque de ski+lunette classe 4 | + |  | + |
| 1 slip de rechange +1paire de grosse chaussette | + |  |  |
| Chevillières pour éviter les ampoules | + |  |  |
| 1 carline haute+ collant | + |  |  |
| Pantalon gore tex | + |  | + |
| 1 veste gore tex | + |  | + |
| 1 tee shirt 1° couche manche longue | + |  | + |
| 1 polaire journée ou 2° couche | + |  | + |
| 1 veste sofshell | + |  | + |
| 1 sac à viande léger | + |  |  |
| 1 doudoune légère | + |  |  |
| 1 paire de gants journée | + |  | + |
| 1 paire de gants chauds | + |  | + |
| 1 paire de moufle gore tex | + |  |  |
| Bonnet ou cagoule | + |  | + |
|  |  |  |  |
| **Refuge** |  |  |  |
| Aff toilette :mini savon, rasoir, serviette micro-fibre,brosse à dent +denti | + |  |  |
| Papier identité/argent liquide | + |  |  |
|  |  |  |  |
| **Orientation** |  |  |  |
| Carte/crayon/gomme/règle/boussole/GPS/altimetre/montre/portable/n°urgen | + | + |  |
|  |  |  |  |
| **Nourriture** |  |  |  |
| Eau : 1,5l/j pipette ou bouteille Badoit | + |  | + |
| 75g graines+75g fruit sec+ 2 barres/j | + |  | + |
|  |  |  |  |