

Liste matériel à la journée et en raid ski de randonnée

	Matériel personnel	Matériel pour le groupe	Matériel pour initiation
Matériel technique			
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		+	compe ed
Protection			
Crème solaire+stick lèvres	+		+
Chapeau ou casquette ou bandana	+		+
1 masque de ski+lunette classe 4	+		+
1 slip de rechange +1paire de grosse chaussette	+		
Chevillères 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 softshell	+		+
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°urg en	+	+	
Nourriture			
Eau : 1,5l/j pipette ou bouteille Badoit	+		+
75g graines+75g fruit sec+ 2 barres/j	+		+

--	--	--	--