

## Le matériel de randonnée :

La randonnée en montagne nécessite un minimum d'équipement. Nous allons faire de l'effort et il peut y avoir du vent, de la pluie, de la neige, et du soleil !!



### Par personne :

**Attention !!! ceci est le minimum à avoir**



- 1 **Sac à dos** pour la journée (de 20 à 30 litres, 40l pour plusieurs jours)

- 1 **Gourde ou bouteille remplie : 1,5 litre minimum**

- 1 Paire de **lunettes de soleil**

➤ Les **vêtements spécifiques :**

- 1 **Casquette, chapeau** ou bonnet

- 1 **Veste imperméable** type K-way ou Gore Tex

- 1 **Paire de chaussures fermées adaptée à la randonnée** en montagne: au minimum des chaussures fermées, qui ont une bonne tenue du pied et de la cheville.

### Pour l'hiver :

- Paire de gants chaud, bonnets, crème solaire

## ➤ Les petits plus :

- Crème solaire en fonction du temps, pharmacie personnelle (pansements compeed pour les ampoules, crème spécifique...)
- Couverts de picnics
- barres énergétiques, fruits secs
- Foulard, ou « buff »
- Paire de jumelles
- Chaussettes de rechange
- Petits sacs poubelle pour les déchets ou pour protéger ses affaires en cas de forte pluie
- Bâtons de marche (***pas du tout obligatoire***)

***Nous vous aiderons à compléter si il vous manque du matériel, n'hésitez pas à nous contacter !!!***

