

Liste de matériel à emporter

- chapeau et buff (bandeau)
- lunettes de soleil
- crème solaire
- 3 t-shirts (2 à manches longues et 1 à manche courte)
- veste polaire
- veste coupe-vent et imperméable
- veste légère
- gants
- pantalon long et pantalon imperméable
- short
- 3 paires de bonnes chaussettes
- chaussures de marche hautes, au-dessus de la cheville, avec des semelles Vibram, mais PAS trop rigides
- lampe frontale
- bâtons de randonnée
- chaussons pour les refuges
- sac à dos de 35 litres
- protection contre la pluie et l'eau pour votre sac à dos
- bouteille d'eau 1l > 1,5l ou camel bag et thermos
- quelques en-cas (chocolat, barres énergétiques)
- une petite trousse de toilette
- votre trousse de premiers secours personnelle
- un sac de couchage en soie peut être utile
- une serviette de toilette