

# Liste de matériel de randonnée à apporter

- chapeau et chamois (bandeau)
- des lunettes de soleil
- crème solaire
- 3 t-shirt ( 2 à manches courtes et 1 plus chaud à manches longues)
- veste polaire
- veste coupe-vent et imperméable
- doudoune légère
- gants
- un pantalon long et un pantalon imperméable
- pantalon court
- 3 paires de bonnes chaussettes
- chaussures de randonnée hautes, au-dessus de la cheville avec semelle Vibram mais PAS trop rigides
- phare
- bâtons de randonnée
- chaussons aux cabanes
- sac à dos 35 litres
- protection contre la pluie et l'eau pour votre sac à dos
- gourde 1l > 1,5l ou sac chameau et thermos
- quelques collations (chocolat, barres énergétiques)
- petite esthéticienne personnelle
- votre pharmacie personnelle
- la doublure en soie peut être utile
- serviette