

Liste de matériel à emporter

Cette liste non exhaustive pourra servir de pense-bête aux étourdi(e)s au moment de préparer leurs affaires. Elle est bien sûr à adapter aux saisons et au circuit choisi. Bon voyage !

La petite Pharmacie

- 1 désinfectant
- De l'élastoplast, pour prévenir les ampoules
- Des pansements «double peau» pour guérir les ampoules
- Du paracétamol ou de l'aspirine
- Un éventuel traitement personnel

L'équipement de base, à adapter selon les saisons

- 1 sac à dos de 30 litres
- 1 grand sac poubelle à insérer dans le sac à dos pour l'imperméabiliser
- 1 paire de chaussures de randonnée
- Des chaussettes adaptées à la rando
- 1 paire de tennis, sandales ou espadrilles
- 1 pantalon léger en toile
- 1 short
- T-shirts sport et soirée en rechange
- Un vêtement chaud (polaire ou pull)
- 1 vêtement imperméable et coupe-vent
- Lunettes de soleil
- Crème solaire
- 1 gourde résistante d'un litre minimum
- Bol et couverts
- 1 gobelet
- 1 petite serviette de toilette
- 1 maillot de bain
- 1 lampe électrique
- +Affaires personnelles, dans un sac qui voyage en taxi