

Découvrir nos activités

SKI

## SKI DE RANDONNEE

### EQUIPEMENT PRECONISE

#### Equipement **préconisé** pour une **sortie de 2 à 3 jours**.

- 1 pantalon de montagne/ski respirant (ou pantalon de ski)
- 2 T-shirts techniques
- 1 fourrure polaire (ou pull chaud)
- 1 veste type Softshell ou équivalent (laine polaire supplémentaire)
- 1 veste Goretex ou équivalent
- 1 lampe frontale avec piles neuves
- 1 couteau (canif)
- 1 paire de gants légers + 1 paire de gants chauds
- 1 bonnet + 1 casquette/foulard
- Pharmacie personnelle (ampoules, maux de tête, crème solaire,...)
- 1 paire de lunette + 1 masque
- 1 gourde ou sac d'hydratation de 1 litre minimum
- 1 sac à dos de environ 35litres.

#### Conseil de **professionnel**:

Pour rester efficace en toutes circonstances, ne jamais rien ranger au fond du sac!

