

COMPOSITION DE SAC EN CASCADE DE GLACE

23/12/2015

Dans un sac à dos 30 à 50 litres					
2 Grands sacs plastique	F	Papier toilette	O	Baudrier	O
2 couches de tee-shirt respirant dont au moins un à manches longues	O	Lampe frontale +pile +ampoule	O	Longe + mqt	OP
Fibre polaire ou pull laine	O	ARVA	P	Descendeur + mqt	OP
Veste imperméable/respirant	O	Piles ARVA	O	Cordelette + mqt	OP
Pantalon imperméable ou déperlant	O	Pelle à neige	P	Casque	OP
Sous-pantalon	F	Sonde	P	Cordes	A
Gants chauds et imperméables laissant une bonne dextérité	O	Chaussures d'alpinisme	LP	Crochet lunule	A
Sous-gants fins	F	Crampons, piolet	LP	Porte broche	A
Gants de rechange	F	Ski d'approche	F	Broches à glace	A
Bonnet, ou cagoule	O	Raquette pour approche	P	Porte-broche	A
Tour de tête	O	bâtons de randonnée	P	Coinceurs	A
Lunettes	O	Guêtres ou stop tout	F P	Pitons	
Masque	F	Carte+porte-carte, topo	A	Porte-matériel	A
Protection solaire visage, lèvres	F	Boussole	A	Papier, téléphone	O
Thermos	F	Curvimètre	A	Argent, CB ou chèques	O
Gourde	O	Altimètre	A	Appareil photo + pellicule+ pile	F
Provisions de bouche	O	Couverture de survie réutilisable	O P	Survie : fusée, sifflet, allumettes, briquet, pile, ampoule, savon, colle	F A
Fourchette, cuillère, couteau	O	Trousse pharmacie	F A	+ matériel personnel pour la nuitée dans un autre bagage	O
Nombre de repas	O				

O obligatoire, F facultatif, L location possible sur place, P possibilité de fournir, A pour le leader