

Course ou camp d'escalade

Liste du matériel à prendre avec soi :

Equipeement technique

- Chaussure de sport genre trekking
- Sac à dos 25-30 litres
- Baudrier
- 4 mousquetons à vis
- Descendeur
- Assureur type REVERSO
- 2 cordelettes prussik
- 2 sangles cousues 120 cm
- Evt. sangle d'auto-assurance
- Casque
- Chaussons d'escalade
- Magnésie

Equipeement technique supplémentaire

- Dégaines

Habillement

- Veste GTX, coupe-vent & imperméable
- Vêtements chauds (polaire)
- Vêtements légers
- Sous-vêtements de rechange
- Casquette
- Linge + costume de bain
- Lunettes de soleil

Matériel particulier

- 1 rouleau de tape
- Couverture de survie (alu)
- Couteau de poche
- Gourde ou bouteille PET
- Mini nécessaire de toilettes, pharmacie, sparadrap (si nuit en camping)
- Crème solaire
- Lampe frontale
- Mouchoirs, briquet
- Pique-nique pour nombre de jours nécessaire
- Argent de poche
- Carte d'identité**
- Abonnement CFF (si disponible)

Matériel camping

- Linge à vaisselle
- Matelas
- Sac de couchage
- Assiette, gobelet, services