

Course ou camp d'alpinisme d'hiver

Liste du matériel à prendre avec soi :

Equipelement technique

- Chaussure de randonnée à ski avec semelle profilée en caoutchouc
- Ski de randonnée avec fixation de randonnée
- Bâton de ski
- Couteaux à glace
- Peaux autocollantes
- Détecteur de victime d'avalanche DVA
- Pelle à neige
- Sonde d'avalanche
- Crampons réglés en acier avec antibottes en caoutchouc
- Piolet
- Sac à dos 30 à 40 litres avec fixation pour portage des skis
- Baudrier
- 3 mousquetons à vis
- 3 mousquetons simples
- Cordelettes de Ø 6mm, 1 x 1.5m et 2 x 5m
- 1 cordelette prussik
- Attache en velcro pour pointe des skis ou cordelette
- Evt. casque

Equipelement technique supplémentaire

- Vis à glace
- Sangles cousues

Habillement

- Veste GTX, coupe-vent & imperméable
- Pantalons de ski de montagne, coupe-vent & imperméable
- Guêtres (pas nécessaire si pantalon renforcé aux chevilles)
- Gants, min. 2 paires, 1 léger + 1 chaud
- Vêtements chauds (polaire)
- Sous-vêtements thermique (coton à exclure)
- Bonnet avec protection des oreilles
- Cagoule
- Masque de ski
- Lunettes de soleil (glacier)

Matériel particulier

- 1 rouleau de tape
- Fart à peaux autocollante
- Couverture de survie (alu)
- Couteau de poche
- Thermos
- Mini nécessaire de toilettes, pharmacie, sparadrap (si nuit en cabane)
- Crème solaire et protection lèvres, facteur protection élevé min. 30
- Lampe frontale
- Mouchoirs, briquet
- Pique-nique pour nombre de jours nécessaire
- Argent de poche
- Carte d'identité**
- Carte de membre CAS
- Abonnement CFF (si disponible)