

CHECK-LIST

du désert

Liste de vêtements

- Tee-shirts légers à manches longues
- 1 pantalon de randonnée léger
- 1 veste polaire
- 1 veste imperméable coupe-vent
- 1 bonnet
- 1 tour de cou
- 1 casquette saharienne ou 1 chapeau
- Chaussures de randonnée
- Chaussettes
- Guêtres (en option)

Pour les terres polaires

- 1 doudoune
- 1 pantalon de randonnée épais
- 1 sur-pantalon imperméable
- 1 collant en laine mérinos
- 1 paire de gants
- 1 paire de sous-gants
- 1 tour de cou polaire

Liste d'équipements

- 1 sac à dos 30-40L
- 1 trousse à pharmacie (traitements habituels, crème solaire indice 50, pansements, compresses, antiseptique, anti-diarrhéique, paracétamol)
- 1 trousse de toilette
- 1 poche à eau ou 1 ou 2 gourdes en inox + pastilles de purification
- 1 lampe frontale + piles de rechange
- 1 paire de lunettes de soleil (catégorie 3ou 4 pour la neige et/ou la glace)
- 1 sac étanche
- 1 duvet
- 1 tente (en option)
- 1 matelas (en option)
- 1 paire de bâtons de randonnée (en option)

Un doute ? Une question ?

Contactez nos conseillers voyages au 04.81.68.55.60 !



Atalante
L'ESPRIT TREK