



Liste matériel randonnée à skis

Habits adaptés à la pratique de la randonnée à skis (veste Goretex, pantalons techniques, softshell, doudoune légère, habits de rechange), **chaussures de ski de randonnée** avec semelles vibram, **skis de randonnée** avec fixations adaptées et réglées, **peaux de phoques** adaptées aux skis, **couteaux à neige, bâtons**. **Lunettes** de soleil et **masque de ski**. **Gants chauds** et **gants légers**, **bonnet** ou bandeau. **Sac à dos** 30 litres avec attaches pour les skis.

DVA avec piles neuves et mise à jour effectuée, **pelle alu** et **sonde** pliable.

Crème solaire, **protection** pour les lèvres, **pharmacie** de poche (Compeed, couverture de survie, sparadras, médicaments perso), **gourde** (ou thermos), **vivres** de course, **lampe frontale**, **appareil de photo**, **trousse de toilette**, **couteau de poche**.

Selon les courses:

Piolet léger (50 cm), **crampons** avec Antibott, **beaudrier** réglable, 2 **mousquetons** à vis, **cordelette** pour autobloquant.