

Ski de randonnée sans glacier

❖ **MATERIEL PERSONNEL**

- Sac à dos (25 - 35 lt)

 - DVA (détecteur de victime d'avalanche)
 - Pelle
 - Sonde

 - Skis avec fixations de randonnée
 - Bâtons (non nécessairement télescopiques)
 - Chaussures de ski de randonnée
 - Couteaux à ski
 - Peaux de phoque

 - Vêtement adaptés au ski de randonnée : veste coup vent imperméable, polaire, pantalons adaptés à l'effort et aux intempéries
 - 2 paires de gants (une fine, une plus chaude)
 - Bonnet

 - Lunettes de soleil
 - Masque de ski
 - Crème solaire, protection pour les lèvres

 - Pique-nique, en-cas, boisson (gourde ou thermos : 1lt – 1.5lt)
-

❖ **Supplément en cas de randonnée sur plusieurs jours**

Avec nuit(s) en hôtel ou gîte (accès en voiture) :

- Affaires de toilette et de rechange
- Lampe frontale

Avec nuit(s) en cabane de montagne (sans accès en voiture) :

- Sac en soie pour la nuit
- Strict nécessaire de toilette et de réchange (chaussettes, premières couches)
- Lampe frontale
- Pique-nique et en-cas supplémentaires selon la durée totale de la randonnée