

Cours avalanche avec randonnée à ski

❖ MATERIEL PERSONNEL

- Sac à dos (25 - 35 lt)

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

- Ski 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)

- Carte(s) topographique(s) 1 :25'000 de la région (impression possible depuis map.geo.admin.ch)
- Si disponible, boussole et altimètre
- Si disponible, jumelles de poche
- Petit matériel pour prendre des notes

❖ Supplément pour plusieurs jours

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

- Affaires de toilette et de rechange

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