



## OBJET : LISTE MATERIEL MONTAGNE 2016-2017

- Un sac à dos de 35 à 45 l
- Une gourde ou une poche d'eau d'1,5 l minimum
- Couteau de poche et couverts de randonnées
- Une paire de bâtons de randonnée réglables
- Une paire de raquettes à neige
- Un casque (pour les activités de ski de randonnée, d'escalade...)
- Un DVA, pelle, sonde.
- Un altimètre
- Un sac de couchage (avec température de confort inférieure à + 5°)
- Un tapis de sol (isolant et peu encombrant)
- Une couverture de survie (réutilisable)
  
- Une paire de chaussures de type randonnée crantée (montante)
- Une paire de chaussures de type randonnée crantée (basse) ou chaussure de trail
- Une casquette, un bonnet et des gants.
- Un pantalon et une veste manches longues imperméables (3 couches imperméable ET respirante)
- Des vêtements chauds adaptés à la pratique de la montagne (vêtements techniques et micro-polaire)
  
- 1 téléphone portable chargé et placé dans le sac.
- Une boussole
- Une montre
- Une lampe frontale en état de fonctionner
- Une paire de jumelles
- Une paire de lunettes de soleil
- Tube de crème solaire (indice de protection supérieur à 35)
  
- Un carnet avec crayon à papier pour prendre des notes à chaque sortie
- Un porte-carte
- La carte IGN Valloire 3435 ET
- Un cahier 24x32 (où seront archivées toutes les sorties effectuées durant la scolarité)
  
- 1 trousse individuelle de premier secours comprenant a minima une couverture de survie (dimensions mini 2,20m x 1.40m), des pansements (normaux et type colloïdes Compeed), des lingettes désinfectantes, des compresses, du sérum physiologique, une bande autocollante, une bande de contention, une paire de gants à usage unique et une pince à épiler

**La Coordinatrice Formation Montagne  
Caroline COURTEVILLE**