



# Equipement Rando Marcheur valide ou handicapé

**Equipement minimum** exigé à prévoir par tout temps, en toute saison !

- Chaussures de randonnée montantes et étanches
- Chaussettes de randonnée
- Sac de randonnée de 25 à 35L avec armature
- Pull Polaire
- Pantalon de randonnée
- Gants en polaire
- Bouteille d'eau 1,5 - 2L
- Veste imperméable avec capuche
- Poncho
- Casquette - Lunettes de soleil Cat. 3 - crème solaire Indice 50
- Gants chauds polaire - Bonnet
- Canif- gobelet - couverts
- Barres de céréales - fruits secs
- Mouchoir - papier toilette

## **Equipement conseillé**

- Sur-sac journée (pluie) + sac poubelle 30L (protection des affaires à l'intérieur du sac)
- Poche à eau avec pipette
- Pantalon de pluie
- T-Shirt technique respirant
- Gilet polaire ou doudoune - tour de cou
- Short
- Paire de mitaine vélo (pour pilotage Joëlettes)

## **Bagage** qui reste dans le véhicule ou à l'hébergement

- Sac de voyage 70L max
- Change complet pour les activités (pantalon, tee-shirt, chaussettes rando, pull polaire)
- Sous-vêtements thermiques (caleçon long et sous pull chauds)
- Change pour le soir - Chaussures légères
- Sous-vêtements
- Trousse de toilette - Serviette (préférez des savons sans colorant ni parfum) - Bouchons d'oreilles
- Maillot de bain
- Lampe frontale
- Duvet gîte = duvet été (+ 15°C) \*
- Duvet camping = duvet de montagne léger (+5 à +10°C) \*
- Drap de sac
- Matelas de sol de rando : à prévoir pour le camping
- Matelas gonflable fourni par U.M.E.N. aux personnes en Joëlette

\* (Prêt possible, sur demande, contre 5€ pour les frais de nettoyage)

## **Divers**

Tente de montagne personnelle\*, si vous souhaitez l'emporter, signalez-le (avec modèle et caractéristiques) afin d'adapter au mieux les capacités de couchage.

\* *Utilisation possible en fonction des contraintes d'accompagnement des PMR, de la tarification et des places camping, du portage en bivouac)*