



TECHNIQUES GLACIAIRES

■ Liste de matériel personnel

- Sac à dos
- Bonnes chaussures de montagne avec semelles bien profilées, adaptées au port de crampons*
- Crampons réglés, avec anti-bottes*
- Piolet*
- Baudrier cuissard*
- Mousqueton à vis (en forme de poire)*
- Si disponible, matériel technique pour le glacier et le rocher: vis à glace, cordelette, mousquetons, poulie, etc
- Casque* (un casque de vélo convient)
- Veste de type GORE-TEX
- Vêtements pour la montagne (système multi-couches)
- Eventuellement guêtres
- Lunettes de soleil (bonne protection également sur les côtés)
- Crème solaire, protection pour les lèvres
- Gants (deux paires)
- Bonnet, casquette
- Pique-niques pour les en-cas, boisson (gourde ou thermos)

■ LOCATION DU MATERIEL

Les articles avec astérisque (*) peuvent être loués dans tous magasins spécialisés. La location n'est pas comprise dans le prix des activités et il est du devoir de chaque participant de se procurer le matériel adéquat