CHECK-LIST
du désert

Liste de vêtements

- ☐ Tee-shirts légers à manches longues
- ☐ 1 pantalon de randonnée léger
- ☐ 1 veste polaire
- ☐ 1 veste imperméable coupe-vent
- ☐ 1 bonnet
- ☐ 1 tour de cou
- ☐ 1 casquette saharienne ou 1 chapeau
- ☐ Chaussures de randonnée
- ☐ Chaussettes
- ☐ Guêtres (en option)

Pour les terres polaires

- ☐ 1 doudoune
- ☐ 1 pantalon de randonnée épais
- ☐ 1 sur-pantalon imperméable
- ☐ 1 collant en laine mérinos
- ☐ 1 paire de gants
- ☐ 1 paire de sous-gants
- ☐ 1 tour de cou polaire

Liste d'équipements

- ☐ 1 sac à dos 30-40L
- ☐ 1 trousse à pharmacie (traitements habituels, crème solaire indice 50, pansements, compresses, antiseptique, anti-diarrhéique, paracétamol)
- ☐ 1 trousse de toilette
- ☐ 1 poche à eau ou 1 ou 2 gourdes en inox + pastilles de purification
- ☐ 1 lampe frontale + piles de rechange
- ☐ 1 paire de lunettes de soleil (catégorie 3ou 4 pour la neige et/ou la glace)
- ☐ 1 sac étanche
- ☐ 1 duvet
- ☐ 1 tente (en option)
- ☐ 1 matelas (en option)
- ☐ 1 paire de bâtons de randonnée (en option)

Un doute ? Une question ?
Contacter nos conseillers voyages au 04.81.68.55.60 !

Atalante
PARTAGEONS L'ESPRIT TREK