

Matériel pour randonnée glaciaire

Sac à dos max. 30 litres

Chaussures de marche ou de montagne à tige haute, avec bon profil

Habits:

- Veste de pluie / coupe-vent
- Long pantalon de marche / pantalon de randonnée
- T-shirt à manches longues ou chemise
- Pullover (polaire ou autre)
- Chaussettes (chaussettes montantes sont plus chaudes que les basses)
- Bonnet chaud
- Gants chauds
- Casquette
- Évtl. Bandeau

Habits de rechange:

- 1 paire de chaussettes basses
- 1 culotte
- 1 leggings ou collants
- 1 t-shirt

Protection contre le soleil:

- Lunettes de soleil
- Protection solaire

Matériel technique:

- 1 bâton de marche ou de ski
- Crampons

Divers:

- Médicaments personnels
- Barres de céréale (collation)
- Appareil photo

Conseil

Plus votre sac est léger, plus grand sera le plaisir