

CHECK



LIST



FREERIDE & RANDO



Sécurité

- ☐ Dva
- ☐ Pelle
- ☐ Sonde
- ☐ Téléphone
- ☐ Couverture de Survie
- ☐ Pharmacie
(pansements, compresses,
mini désinfectant, sparadrap)



Matériel Rando

- ☐ Peaux
- ☐ Couteaux
- ☐ Bâtons télescopiques
- ☐ Carte IGN
- ☐ Boussole, altimètre
- ☐ Racloir
- ☐ Polaire fine & layer de rechange
- ☐ Gants fins



Accessoires utiles

- ☐ Gourde
- ☐ Barres de céréales, sucres
- ☐ Crème Solaire
- ☐ Mini longue vue ou mini jumelles
- ☐ Couteau suisse
- ☐ Briquet
- ☐ Ibuprofène
- ☐ Tampons & sachet plastique
- ☐ Tournevis Multitools
- ☐ Réserve de quelques vis
- ☐ Lanières, leashes
- ☐ Mousqueton



LET NEW
adventures
BEGIN



SOS Réparation

- ☐ Réserve de gros scotch
- ☐ Gros élastiques
- ☐ Ficelle nylon