**A emporter au WE Père-Fils :**

* **Chaussures de montagne imperméables**

Les pataugas et les tennis montantes ne conviennent pas.

Les chaussures de montagne en revanche assurent un bon maintien des chevilles, elles doivent convenir pour la neige

* **Guêtres** (celles avec un câble qui passe sous la chaussure)
* **Un gros sac à dos (plus de 65 litres)**
* **Gourde d’un litre+Un quart métallique**
* **Lunettes de soleil (OBLIGATOIRES)**
* **Crème solaire**
* **Une fourchette, une cuillère, un couteau (type opinel ou suisse...)**
* 1 gros pull (et une polaire si possible).
* **Manteau imperméable convenant à la neige** (Combinaison de ski, éventuellement)
* **Deux paires de gants de ski**
* **Un bon bonnet**
* **Grosses chaussettes** chaudes.
* **Si vous en avez seulement, apportez vos paires de raquettes et vos bâtons télescopiques.**
* **Une lampe frontale** avec piles de rechange
* **Un sac de couchage très chaud (confort -5°C), ou deux bons sacs de couchage (confort 0°C et +5°C par ex)**
* **Deux tapis de sol ou un seul tapis de sol s’il est gonflable (testez-le avant)**
* **Des affaires chaudes pour la nuit : bonnet, collant, polaire, doudoune…**
* Quelques barres de céréales pour les en-cas

**Nous coucherons en tente igloo. La soirée se passera dans une Yourte autour d’un poêle, et la nuit sous tente igloo (dans la neige le cas échéant) par binôme Père-Fils.**