

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.