

CHECKLIST

Voici une **liste d'équipements essentiels** à prévoir pour votre voyage escalade sur Cascade de glace. Celle-ci est non exhaustive et à adapter en fonction de vos habitudes !



Matériel et accessoires Cascade de glace

Piolets
Baudrier, Casque
Crampons
Mousqueton à vis
Reverso avec 2 mousquetons à vis
Sangle de 120m avec mousqueton à vis



Fourni (si vous possédez votre propre matériel, apportez-le)

Chaussures d'alpinisme cramponnables



Location possible (sous réserve de demande préalable et de disponibilité du matériel)

Sac à dos (30L)



Vêtements

Sous-vêtements thermiques

Polaire

Veste imperméable (type veste de ski ou gore tex)

Pantalon chaud et imperméable (type pantalon de ski ou alpinisme)

Bonnet (sans pompon)

2 paires de gants chauds et imperméables

Chaussettes chaudes

Guêtres



Mais aussi...

Barres de céréales, compote en gourde...

Maillot de bain (pour le spa + jacuzzi)

Appareil photo, caméra

Thermos 50cl ou 1L

Batterie externe de recharge

Pharmacie personnelle

Cash, chéquier

Crème solaire & crème hydratante