



CHECKLIST

Voici une **liste d'équipements essentiels** à prévoir pour votre séjour multi-activités. Celle-ci est non exhaustive et à adapter en fonction de vos habitudes !



Équipements & Accessoires

Baudrier

Casque



Prêt possible

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

Chaussons d'escalade (pensez à les faire ressemeler s'il sont usés)

Une paire de baskets (type trail)

T-shirts respirant (manches courtes et longues)

Short / pantalon d'escalade

Doudoune fine ou Polaire

Coupe-vent

Maillot de bain

Sac à dos (10L) pour le nécessaire de la journée

Lunettes de soleil

Casquette

Serviette de bain



Mais aussi...

Encas (graines, compotes en gourde, ...)

Pharmacie (avec strap / baume)

Petit tupperware + couverts

Appareil photo, caméra

Crème solaire & crème hydratante

Gourde 1L ou +