

CHECKLIST

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



Matériel et accessoires Escalade

Crash pad



Fournis

Chaussons d'escalade



Location possible auprès
du guide directement

Magnésie

Sac à dos (20L)



Vêtements

Short / pantalon d'escalade

T-shirt respirant

Doudoune fine ou Polaire

Coupe-vent

Lunettes de soleil

Chaussures d'approche (baskets type trail / rando légère)

Casquette / bonnet



Mais aussi...

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

Appareil photo, caméra

Pharmacie (avec strap / baume)

Gourde 1L ou +