

SEJOUR INITIATION

EQUIPEMENT FOURNIT AUX PARTICIPANTS	EQUIPEMENT DEMANDE AUX PARTICIPANTS
(1) Systèmes de secours	(1) Systèmes de secours
1 Couverture de survie réutilisable (REU) 1 Bougie chauffe plat 1 Briquet Bic 1 Sifflet	1 Portable chargé et rangé dans 1 sac étanche Traitement médical personnel + crème solaire Kit de pansements + Sparadrap 1 Carnet de note (avec crayon à papier)
(2) Abri	(2) Abri
1 Tarp 3m sur 3m (bâche) 8 Sardines (Acier Inox) 6 Haubans (diamètre 2,4mm) 1 Faîtière (diamètre 4mm) 2 Mousquetons 2 "Noeuds prussicks" 1 Bâche de sol aluminisée 1 LED de signalisation des tarps (blanc)	Fourni en totalité (voir colonne de gauche)
(3) Vêtements	(3) Vêtements
A la charge des participants (voir colonne de droite)	1 Paire de chaussures adaptées et en bon état 1 Paire de sous vêtements en synthétique ou en laine 1 Paire de chaussettes 1 Pantalon 100% coton 2 T-shirt (dont 1 en coton ou en laine) 1 Veste coupe vent (de préférence en coton) 1 Polaire ou Pull en laine 1 Doudoune en synthétique 1 Tour de cou 1 Paire de gants en polaire ou en laine 1 Paire de gants de travail 1 Paire de lunettes 1 Bonnet 1 Casquette ou Chapeau 1 Sur-Pantalon imperméable 1 Veste imperméable
(4) Outils quotidien	(4) Outils quotidiens
1 lampe frontale 1 Couteau à lame fixe (adapté aux activités) 1 Scie pliable (adaptée aux activités) 1 Brin de corde (pour l'atelier noeuds) 1 Morceau de bois gras 1 Pierre à feu 1 Allume feu (artisanal) 1 Pochette de déchargement 1 matelas mousse pour isoler les genoux/le fessier du sol	Fourni en totalité (voir colonne de gauche)
(5) Hydratation	(5) Hydratation
A la charge des participants (voir colonne de droite)	2L d'eau en bouteille plastique (en PU de préférence)
(6) Alimentation	(6) Alimentation
A la charge des participants (voir colonne de droite)	1 Réchaud + recharge (Gaz ou Alcool) 1 Popote légère Inox (700ml à 1 litre) 2 Rations pour repas froid (le midi) 1 Rations pour repas chaud (le soir) 1 Ration pour repas chaud/froid (le matin) 1 Nécessaire de "couverts" (1 cuillère à minima) 1 chiffon pour nettoyer la popote
(7) Hygiène corporelle	(7) Hygiène corporelle
A la charge des participants (voir colonne de droite)	1 Nécessaire d'hygiène intime 1 Brosse à dents (dentifrice 100% biologique) 1 Savon biologique pour les mains (type savon Marseille)

	<p>1 Petite serviette pour le corp (type microfibre) 1 Pack de papier toilette (dans un sac étanche type Ziploc)</p>
(8) Couchage	(8) Couchage
<p>1 Duvet synthétique T°C limite de confort +5°C ou -15°C 1 Sur-sac de couchage (intérieur aluminisé) 1 Matelas autogonflant (adapté 4 saisons) 1 Drap de sac synthétique (propre) 1 Sac de compression imperméable</p>	Fourni en totalité (voir colonne de gauche)
(9) Portage	(9) Portage
<p>1 Sac à dos entre 55L ou 75L (Spécial Trek) 2 Sangles de fixation extérieur au sac à dos 1 Mousquetons double fixation</p>	Fourni en totalité (voir colonne de gauche)
(10) Orientation	(10) Orientation
<p>1 Boussole à plaquette 1 Porte carte étanche 2 Mousquetons pour le porte carte 1 Carte topographique (IGN Top25) format A4</p>	Fourni en totalité (voir colonne de gauche)
Poid total du sac à dos = 8 à 10Kg	

