

Ski de randonnée & ski Alpinisme

Liste type du matériel à emmener

Le matériel ci-dessous est nécessaire pour une sortie de un ou plusieurs jours. Certains objets sont fonction du niveau technique et des conditions de sortie (froid, altitude).
Votre encadrant précisera à l'avance les groupes de matériel à emmener et les spécificités par rapport à la sortie. Il est important de lui dire à l'avance s'il vous manque des choses.
Avoir un matériel exhaustif contribue à la sécurité même s'il alourdit le sac. Il sera ainsi souhaitable de répartir certains matériels dans le groupe.
Il est important de vérifier et régler son matériel avant le départ et de bien connaître son fonctionnement (notamment votre DVA, pour lequel s'entraîner est indispensable).
Maintenant que votre sac est fait, il n'y a plus qu'à vous souhaiter une bonne randonnée !

A

Sortie à la journée (ski de randonnée)

Skis - Chaussures - Bâtons
Paire de peaux, couteaux, lanières
DVA (Arva) avec piles (neuves en début de saison)
Pelle et sonde (2,4m)
Sac à dos (25 à 45L)
lampe frontale avec piles
paire de gants chauds
Bonnet ou cagoule
Veste Goretex chaude coupe vent
T-shirt technique, Polaire et/ou windstopper
pantalon de ski
chaussettes chaudes
Collants, et sous-vêtements
Doudoune (selon conditions ou altitude)
paire de gants de rechange (plus fins ou techniques)
casquette et/ou casque (recommandé)
Lunettes de soleil (protection 4)
Masque de ski (visière jaune)
sifflet
téléphone portable rechargé
Couverture de survie
Mouchoirs - PQ
crème solaire, stick à lèvres
Eau en quantité suffisante (poche, gourde)
barres, sucres, fruits secs
Thermos (optionnel)
casse-croute
Papiers d'identité, argent
Licence CAF
Carte Vitale et toute info santé
crampons (selon niveau de sortie)

B

Matériel collectif (prévu par l'encadrant mais souhaitable d'amener le votre)

Cartes IGN et porte-carte
Boussole, altimètre, GPS
Topos
couteau suisse - bougie de fartage
Bombe encollage de peau
Stylo, papier
Appareil photo (batterie chargée)
jumelles
Trousse de secours (voir fiche spécifique)
paire de peaux de rechange
piles de rechanges (AA et AAA)
Radio ou talky-walky
DVA de rechange
paire de lunette de rechange
Corde-Mousquetons-sangles (selon niveau)

D

Matériel individuel en plus pour un raid

vêtements de rechange
chaussettes de rechange
trousse de toilette minimale
drap de nuit
sacs en toile et sac poubelle
Sac à dos éventuellement plus grand (40-50l)
trousse de réparation
vivres de course pour plusieurs jours
Si non gardé (réchaud, briquet, bougies, duvet, casseroles, mug, etc...)

C

Matériel Ski Alpinisme

piolet (1 ou 2 selon pente)
crampons avec antibott et réglés (préférence acier)
casque
corde à double
3 sangles
mousquetons (3 simples, 4 à vis)
baudrier
2 autobloquants textile (2 cordelettes dia 7mm x 2m)
broches à glace (mini 1, mieux 2)
2 bloqueurs mécaniques (poignée ou ropeman ou minitraction)
Cordelette dia 7mm de 7 à 8m pour mouflage
1 poulie
Schémas de mouflage et de traineau
Ancre à neige (selon conditions de neige)

