

CHECK-LIST DU BACKPACKER

Afin de déterminer ce dont vous aurez besoin d'emporter lors de votre voyage en sac à dos, renseignez-vous sur les lieux que vous explorerez et n'oubliez pas de jeter un coup d'oeil aux prévisions météo. Cette liste est intentionnellement exhaustive, vous n'aurez probablement pas besoin de tout.



MATÉRIEL DE BASE

- Sac à dos avec raincover
- Tente de trekking
- Sac de couchage
- Sac à viande
- Matelas ou tapis
- Lampe frontale ou lampe de poche* (avec batteries en suffisance)

Optionnel :

- Bâtons de marche
- Lanterne portable
- Tapis de sol pour tente
- Oreiller
- _____



NAVIGATION

- Carte* (dans une pochette résistante à l'eau)
- Boussole*

Optionnel :

- Guide de voyage
- Montre/Altimètre
- GPS
- Téléphone satellite
- _____
- _____



VÊTEMENTS

- Sous-vêtements techniques
- T-shirts respirants
- Pantalons/shorts
- T-shirts à longues manches (attention au soleil et aux insectes)
- Veste ou pull léger
- Chaussures ou bottines
- Chaussettes de randonnée
- Vêtements additionnels* (au cas où...)

Vêtements pour temps froid et/ou humide :

- Vêtements imperméables (veste et pantalon)
- Sous-vêtements thermiques
- Polaire et/ou veste isolante
- Gants et/ou sous-gants
- Bonnet

Optionnel :

- Sandales
- Bandana ou Buff
- Guêtres (pour des conditions pluvieuses, neigeuses ou boueuses)
- _____
- _____
- _____



CUISINE

- Réchaud
- Combustible
- Casseroles (avec poignée)
- Assiettes / bols
- Couverts
- Tasse
- Liquide vaisselle (biodégradable)
- Petite serviette quick-dry
- Bidon d'eau pliable
- Récipient à nourriture
- _____
- _____



MANGER & BOIRE

- Bouteilles d'eau et/ou gourde*
- Filtre/purificateur d'eau ou traitement chimique*
- Repas
- Nourriture et boissons énergétiques (barres, gels,...)
- Réserves de nourriture pour les imprévus*
- _____



SANTÉ & HYGIÈNE

- Gel désinfectant
- Brosse à dents et dentifrice
- Pelle pour sanitaire
- Produits menstruels
- Savon multi-usage (*biodégradable*)
- Papier/lingettes de toilette et sac hermétique* (*pour les emballer*)
- Médicaments prescrits

Protection solaire :

- Lunettes de soleil*
- Crème solaire*
- Beurre de cacao*
- Chapeau/casquette*

Optionnel :

- Protection contre les insectes*
- Produits urinaires
- Traitement contre les ampoules



OUTILS

- Couteau ou couteau-suisse*
- Kits de réparation (*matelas, réchaud, tente...*)
- Ruban adhésif



PREMIERS SECOURS

- Kit de premiers secours*
- Sifflet
- Briquet/allumettes (*dans un récipient étanche !*)
- Allume-feu (*pour allumer un feu d'urgence !*)
- Couverture de survie*
- _____
- _____



AFFAIRES PERSO

- Permis obligatoires (*au besoin*)
- Carte de crédit et/ou cash
- Carte d'identité
- Clés de voiture
- Téléphone portable
- _____
- _____
- _____



LES EXTRAS DU BACKPACKER

- Petit sac à dos (*si vous deviez vous éloigner de votre campement*)
- Caméra/Appareil photo (*avec des cartes mémoire*)
- Carnet d'observation
- Lecture
- Jeux de cartes
- Jumelles
- Boules Quies
- Talkie Walkies
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

*Ce matériel fait partie des éléments essentiels à prendre avec vous lorsque vous partez en randonnée. Le matériel que vous devez privilégier dépend de la météo, de la difficulté, la durée et la distance de votre voyage. Pour en savoir plus, n'hésitez pas à lire notre conseil : "L'équipement essentiel pour camper ou randonner".



IXELLES

Rue de Vergnies, 27
1050 Bruxelles
+32 (0)2 640 58 20

WATERLOO

Ch. de Bruxelles, 505B
1410 Waterloo
+32 (0)2 387 12 19

WEBSHOP

Rue de Vergnies, 29
1050 Bruxelles
+32 (0)2 201 92 97

HELLO@LECOMTE-ALPIRANDO.BE / WWW.LECOMTE-ALPIRANDO.BE

#equipetapassion

