



## Custom adventures worldwide

Aventures sur mesure autour du monde

La météo en montagne change très rapidement. Des systèmes de neige et surtout le vent peuvent rapidement rendre une journée agréable difficile, augmentant le risque important d'hypothermie pour les gens non-préparés. Avec les avances modernes de technologie en tissus, c'est très faisable de faire la randonnée en mauvais temps - faut juste être bien équipé!

Le soleil est très fort à l'altitude et peut brûler la peau même les jours froids.  
La protection de la peau et les lèvres est essentiel.

### **ÉQUIPEMENT NÉCESSAIRE**

- sac à dos de préférence conçu pour le ski avec un minimum de 35 litres de volume
- skis ou splitboard avec fixations ajustées pour vos bottes, bottes confortables et déjà formées pour vos pieds, bâtons, peaux d'ascension taillée pour vos skis ou planche
- Détecteur victime d'avalanche (DVA), pelle en métal d'avalanche, sonde d'avalanche minimum 200 cm

### **VÊTEMENTS NÉCESSAIRES**

- combines bas et haut en merino ou synthétique
- chandail ou manteau épaisseur moyen en polaire, laine merino, ou autre synthétique
- manteau avec un capuchon et pantalon de ski imperméable
- doudoune chaude assez grande pour porter au-dessus de tous vos manteaux
- toque légère pour les montées, toque plus chaude pour les descentes
- gants légers pour les montées, gants plus chauds pour les descentes
- lunettes de soleil, masque de ski, écran solaire, baume à lèvres, chapeau ou casquette
- cache-cou
- masque, désinfectant pour les mains, ensemble premier soins personnel pour les ampoules et petites blessures, médicaments, mouchoirs et/ou papier toilette
- alimentation et collations pour un jour au complet de randonnée à pied
- gourdes et/ou réservoir isolés avec une capacité d'au moins 1,5 litres d'eau

### **ÉQUIPEMENT OPTIONNEL**

- casque de ski
- sac à dos gonflable avalanches
- caméra
- thermos (tasse isolée)

### **ÉQUIPEMENT GROUPE FOURNI PAR LE(A) GUIDE**

- trousse 1er soins groupe + attelle
- bâche de secours avec option toboggan pour évacuation
- trousse de réparation
- radio VHF et/ou appareil satellite communication
- 5 mètres de cordelette + mousquetons
- trousse d'observation de neige



**DÉCHARGE:** Obligatoire pour notre assurance et permis, vous allez remplir et signer la décharge devant votre guide. Veuillez la réviser d'avance ici: [décharge ACMG](#)