

Checklist Matériel & Equipement

Formation Alpinisme

les obligatoires

Section Genevoise
Club Alpin Suisse CAS
 Club Alpino Svizzero
 Schweizer-Alpen Club
 Club Alpin Svizzer



Qté	Descriptif	Check
	Matériel technique	
1	Sac à dos 35-45l	
1	Casque	
1	Baudrier	
1	Chaussures de montagne cramponnables	
1	Chaussons d'escalade	
	Chaussures marche d'approche	
1	Crampons	
1	Assureur / Descendeur	
4	Mousquetons à vis	
	Mousquetons HMS	
2	Dégaines	
	Dégaines avec sangle absorbeur	
	Jeux de coinces	
	Jeux de Friends	
1	Cordelette prussik	
	Cordelettes 6mm (3m-5m)	
2	Sangles cousues	
	Longe	
1	Sangle (vacher, rappel)	
	Sac à magnésie	
1	Piolet classique	
	Piolets encreurs	
	Bâtons de trekking	
	Broches à glace	
1	Guêtres	
	Corde à simple 30m	
	Corde à simple 40m	
	Corde à simple 50m	
	Cordes à doubles (50-60m)	
	Kit crevasse (poulie, ropman, tibloc, mini-traction)	
1	Lampe frontale	
	Skis de rando	
	Peaux de phoque	
	Raquettes	
	Couteaux à neige	
	DVA	
	Pelle	
	Sonde	
	Survie/sécurité	
	Couteau de poche	
	Radio	
	Téléphone	
	Briquet	
1	Couverture de survie	
	Pharmacie	
	Sifflet de secours	
	Hygiène/couchage	
	Brosse à dents	
	Serviette	
1	Sac à viande	
	Sac de couchage	
	Boules quies	
	Papier WC	

Qté	Descriptif	Check
	Matériel d'orientation	
	Boussole	
	Cartes	
	Topos	
	Altimètre / Montre	
	GPS	
	Règle	
	Documents éventuels pour le cours	
	Manuels	
	Bloc notes	
	Crayon	
	Habillement/protections	
	Pantalons	
	Sous-vêtements	
	T-shirts	
	Polaire	
	Veste goretex	
	Veste coupe vent	
	Protection pluie y.c. pour sac à dos	
	Bonnet	
	Casquette/chapeau	
	Gants	
	Gants de rechange	
	Linge de rechange	
	Crème solaire	
	Protection des lèvres	
	Lunettes de soleil	
	Lunettes de ski	
	Lunettes de vue	
	Chaussettes	
	Papiers d'identité	
	Carte d'identité	
	Carte membre CAS	
	Permis de conduire	
	Carte REGA ou assurance	
	Abonnement CFF	
	Argent /carte de crédit	
	Alimentation	
	Lunch	
	Thermos	
	Gourde	
	Divers	
	Jumelles	
	Appareil photo	

Prendre **l'essentiel** pour la course à effectuer; ne **rien oublier** et être **léger!**