

Tour du Queyras ou GR58

Vêtements et accessoires

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Sous-vêtement thermique haut | <input type="checkbox"/> Sur-pantalon imperméable |
| <input type="checkbox"/> Sous-vêtement thermique bas (collant) | <input type="checkbox"/> Bonnet chaud |
| <input type="checkbox"/> Hardshell : veste imperméable | <input type="checkbox"/> Tour de cou |
| <input type="checkbox"/> Polaire ou softshell | <input type="checkbox"/> Casquette ou chapeau |
| <input type="checkbox"/> Doudoune compressible | <input type="checkbox"/> Lunettes de soleil |
| <input type="checkbox"/> T-shirts respirants à manches courtes (x 2) | <input type="checkbox"/> Gants de randonnée légers (hors été) |
| <input type="checkbox"/> Short de randonnée | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Pantalon de randonnée convertible | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Sous-vêtements de sport sans coutures | <input type="checkbox"/> _____ |

Chaussures & chaussettes

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Chaussures de trek tige haute | <input type="checkbox"/> Sandales (pour le soir) |
| <input type="checkbox"/> Chaussettes de trek légères et respirantes | <input type="checkbox"/> _____ |

Équipement technique de base

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Sac à dos léger de 45 L à 60 L | <input type="checkbox"/> Gourde ou Paille filtrante |
| <input type="checkbox"/> Drap de sac de couchage | <input type="checkbox"/> Poche à eau |
| <input type="checkbox"/> Oreiller 3 en 1 | <input type="checkbox"/> Pastilles à base de chlore pour l'eau |
| <input type="checkbox"/> Bâtons de randonnée télescopiques | <input type="checkbox"/> Sac étanche |
| <input type="checkbox"/> Lampe frontale | <input type="checkbox"/> Couteau de poche |

Équipement technique supplémentaire (si bivouac)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Sac de couchage (Temp. confort : 0°C à 5°C) | <input type="checkbox"/> Bols pliants |
| <input type="checkbox"/> Tente 3 saisons avec sardines | <input type="checkbox"/> Fourchettes et cuillers |
| <input type="checkbox"/> Arceaux de tente de rechange | <input type="checkbox"/> Réchaud & cartouche |
| <input type="checkbox"/> Matelas gonflable | <input type="checkbox"/> Nourriture lyophilisée |
| <input type="checkbox"/> Kit de réparation pour matelas & tente | <input type="checkbox"/> _____ |

N.B : Notre liste pour le Tour du Queyras est volontairement très complète pour vous permettre de ne rien oublier lors de la préparation de votre trek. A vous de l'organiser comme bon vous semble, selon vos besoins et vos souhaits !

Des questions ? Appelez-nous au 01 48 58 30 28 ou envoyez-nous un e-mail à hello@hardloop.com



Tour du Queyras ou GR58

Hygiènes & soins

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Trousse de toilette (brosse à dents, dentifrice) | <input type="checkbox"/> Papier hygiénique |
| <input type="checkbox"/> Savon multi-usages biodégradable | <input type="checkbox"/> Sac à déchets |
| <input type="checkbox"/> Serviette microfibre | <input type="checkbox"/> Trousse de premiers secours |

Divers

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> GPS | <input type="checkbox"/> Baume pour les lèvres |
| <input type="checkbox"/> Montre GPS | <input type="checkbox"/> Paire de lacets de rechange |
| <input type="checkbox"/> Boussole | <input type="checkbox"/> Petite corde à linge |
| <input type="checkbox"/> Carte IGN du Queyras | <input type="checkbox"/> Pincettes à linge (2 à 3) |
| <input type="checkbox"/> Topo guide FFRandonnée du GR58 | <input type="checkbox"/> Argent liquide |
| <input type="checkbox"/> Téléphone portable | <input type="checkbox"/> Barres énergétiques |
| <input type="checkbox"/> Chargeur solaire ou powerbank | <input type="checkbox"/> Mélange de fruits secs |
| <input type="checkbox"/> Boule Quies | <input type="checkbox"/> Porte-monnaie de voyage |
| <input type="checkbox"/> Crème solaire | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

N.B : Notre liste pour le Tour du Queyras est volontairement très complète pour vous permettre de ne rien oublier lors de la préparation de votre trek. A vous de l'organiser comme bon vous semble, selon vos besoins et vos souhaits !

Des questions ? Appelez-nous au 01 48 58 30 28 ou envoyez-nous un e-mail à hello@hardloop.com

