

Liste Matériel Escalade Stage Orpierre

Matériel individuel:

- 4 mousquetons à vis
- 1 descendeur / plaquette « type toucan ou reverso »
- Harnais
- Sac à magnésie
- Recharge de magnésie
- 1 sangle 120 cm
- Quelques sangles
- 1 autobloquant en cordelette (machard) ou shunt
- 1 Casque
- Chaussons d'escalade
- Training cf marches d'approche
- 1 sac à dos de petite taille
- 1 gourde, 1 thermos
- 1 sac à dos (utilisable en grande voie)
- Vêtements adaptés à la météo changeante en cette saison. Prévoir du chaud !!

- Frontale et piles

- Vivres de course pour compléter (les pique-niques sont fournis par l'UCPA). Possibilité de faire quelques achats à Orpierre.

- 12 à 14 dégaines si vous avez

- Slack-line si vous avez

- CD

En Plus :

- Quelques cours => pour la récupération active ;-)
- Topo d'Orpierre si vous avez ou des copies provenant des revues spécialisées
- De la lecture