

## Liste Matériel Escalade Stage Buis-les-Baronnies

### **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 le gîte). Possibilité de faire quelques achats à Buis Les Baronnies
  
- 12 à 14 dégaines si vous avez
  
- Slack-line si vous avez
  
- Nécessaire de toilette.

### **En Plus :**

- Vos cours et devoirs => pour la récupération active ;-)
- Topo de Buis Les Baronnies si vous avez **ou** des copies provenant des revues spécialisées
- De la lecture, CD, etc...