

LISTE D'ÉQUIPEMENTS ESSENTIELS POUR VOTRE BIVOUAC



POUR LE CAMP

- ☐ Une tente légère et imperméable
 - ☐ Un sac de couchage (adapté aux températures prévues)
 - ☐ Un drap de sac
 - ☐ Un tapis de sol ou matelas de randonnée
 - ☐ Un oreiller de camping
 - ☐ Une lampe frontale
 - ☐ Une batterie externe de recharge/câbles
 - ☐ Un sac poubelle
 - ☐ Une trousse de secours (+médicaments type Doliprane et crème solaire)
 - ☐ Un plaid compact de randonnée
 - ☐ Vêtements chauds pour la nuit (leggings, pull, doudoune, bonnet..)
-

POUR MANGER

- ☐ Un réchaud avec une cartouche de gaz pleine
 - ☐ Couverts de camping
 - ☐ Bol ou tasse
 - ☐ Mini casserole
 - ☐ Un couteau suisse
 - ☐ Plats pour le soir (en conserve, en sachets secs, lyophilisés..)
 - ☐ Ravitaillements pour la durée de la randonnée (barres de céréales, compotes, fruits secs, granola... mais aussi des chips, encas salés.)
 - ☐ Café ou thé
-

POUR RESTER PROPRE

- ☐ Serviette microfibre (et maillot de bains si besoin)
- ☐ Savon biodégradable
- ☐ Trousse de toilettes (dentifrice solide, brosse à dents, crème hydratante, déodorant solide)
- ☐ Papiers toilettes