

## **Le matériel de base pour une course d'alpinisme de neige :**

- sac à dos journée (30 ou 40 litres)
- 1 piolet classique
- 1 corde à simple (50 mètres minimum)
- 1 harnais
- 1 broche à glace
- 1 crochet à abalokof
- casque
- appareil d'assurance
- crampons réglés avec système antisnow
- chaussures d'alpinisme chaudes, imperméables et cramponnables
- guêtres ou stop-tout
- 2 grandes sangles et 2 mousquetons à vis
- kit crevasse
- matériel d'orientation : carte, altimètre, boussole, GPS
- 1 lampe frontale avec piles neuves
- 1 couverture de survie
- 1 paire de chaussettes chaudes + 1 de rechange
- 1 pantalon chaud et coupe vent
- sous-vêtements de sport
- pull en polaire
- veste coupe vent avec capuche (type Gore Tex)
- 1 surpantalon coupe vent type Gore Tex
- 1 doudoune chaude
- 1 paire de gants légers + 1 paire de gants chauds
- 1 bonnet ou bandeau
- 1 paire de lunettes catégorie 4 + 1 de rechange
- crème solaire haute protection
- 1 trousse de secours individuelle
- quelques vivres de course + un peu de « salé »
- 1 gourde
- 1 couteau

...