

Notez bien qu'il vous est demandé d'apporter **vos propres affaires pour camper**.

Voici une liste indicative des choses à apporter.

## Prévoyez deux sacs à dos par personne :

- Un gros sac à dos par personne (70-90 L / 15 kg, avec housse de pluie)
- Un petit sac à dos par personne ou par couple (environ 20 L / 5kg)

## Que portez-vous à votre arrivée ?

Vêtements pouvant être mouillés et salis :

- Shorts / pantalons de sport
- Chaussures de randonnée robustes et imperméables

## Est-ce que je prends mon téléphone portable avec moi ?

- Le téléphone portable ne pourra être utilisé qu'en cas d'urgence, vous pouvez le garder au fond de votre sac. Prenez une batterie extérieure avec vous si nécessaire, il n'y aura pas de possibilité de charger.
- Des photos seront prises par l'équipe pour vous permettre de rester concentré sur votre expérience de couple.
- Un numéro d'urgence vous sera donné que vous pourrez communiquer à vos proches pour être joint 24h/24

## Que prendre dans le petit sac à dos ?

### Papiers

- Carte d'identité
- Personne à contacter en cas d'urgence

### Vêtements

- Pull / polaire (il peut faire froid le soir et vous ne retrouverez votre sac principal qu'en fin de soirée)
- Coupe-vent ou manteau
- Pantalon de pluie imperméable (selon les prévisions météo)
- Casquette, couvre-chef

### Alimentation

- Gourde d'eau (au moins 1 litre d'eau par personne)
- Assiette/bol robuste et/ou tasse
- Couteau de poche, cuillère et fourchette

### Santé / Hygiène

- Crème solaire
- Pansements (Blister)
- Papier toilette ou mouchoirs

### Divers

- Bible (si vous en avez une)
- Stylo et carnet
- Lampe frontale
- Bâtons de randonnée

- Un sac en plastique ou quelque chose sur lequel s'asseoir

## Que prendre dans le grand sac à dos ?

### Pour camper

- Tente (1 par couple, éventuellement un marteau pour fixer les piquets de la tente)
- Sac de couchage (pour températures inférieures à 10 degrés)
- Tapis de sol ou matelas autogonflable
- *Il n'est pas utile d'apporter un réchaud !*

### Hygiène

- Maillot de bain
- Sac de toilette
- Serviette

### Vêtements

- Pantalons/shorts robustes
- Chemise ou T shirt à manches longues et à manches courtes
- Pull/polaire
- Manteau
- Sous-vêtements
- Affaires de nuit
- Chaussettes
- Chaussures légères (baskets, sandales)