

Préparer son sac pour randonner avec les ânes

Les indispensables sont écrit en vert

Vêtements	Hydratation/Hygiène
• Cape de pluie (si la météo présente un risque) • Casque de vélo pour les enfants • Vêtements chauds • Veste coupe-vent imperméable et respirante • Chapeau, casquette • Lunettes de soleil • Une paire de chaussures fermées. Pas de sandales.	• Gourde ou poche à eau de 1 à 2 litres 1,5l minimum/ personne/ jour • Désinfectant pour les mains • Papier toilette • Mouchoirs (en tissu, ils réduisent le volume de déchets)
Divers	Santé
• Téléphone portable • Application téléphone IGN rando • <u>Carte IGN Top 25 / Série Bleue – Combe-Laval – 3136ET</u> (Cliquez pour voir le lien) • Recharge batterie de téléphone • Lampe frontale • Paire de jumelles • Couteau multifonctions • Sac plastique (pour ramasser tout vos déchets)	• Pansement, double peau, compresse, antiseptique • Pastilles pour purifier l'eau ou gourde filtrante • Crème solaire • Anti moustique • Collyre • Aspivenin • Arnica en gélules ou en stick
Pour les Bivouac aménagés (Bouvante le Bas – Ferme du Clos)	Bivouacs non aménagés (Bouvante le Haut – Ambel - Font d'Urle – Lente – Echarasson)
• Drap de sac pour sac de couchage • Couverts (couteau, fourchette, verre, assiette) (la tente, les couvertures , le matériel de cuisson sont fourni dans la location)	• Gaz • Briquet • Tente • Matériel de cuisine

