



Liste de matériel nécessaire pour un stage

Cette liste n'est pas exhaustive. Il s'agit d'une liste énumérant le matériel minimum qu'il est indispensable d'apporter pour que votre stage se déroule dans de bonnes conditions. Vous pouvez faire le choix de prendre plus de matériel si vous pensez pouvoir le transporter (ex: matelas de sol, vêtements de rechange, affaires de toilette...)



Vous devez obligatoirement apporter:

- Sac à dos
- Sac de couchage (adapté à la saison)
- Bonne paire de chaussures de randonnée ou baskets
- Vêtements adaptés à la saison (pull, pantalon, gilet, veste, chapeau ou bonnet...)
- Vêtement imperméable (veste ou poncho)
- Gourde (contenance de 1 litre minimum et remplie d'eau)
- Récipient alimentaire type « Gamelle »
- Couteau
- Couverture de survie
- Trousse à pharmacie individuelle
- Lampe frontale

Pour certains stages, du matériel plus spécifique vous sera demandé (voir la liste dans les descriptifs des différents stages sur www.esprit-nature-survie.fr).