

## Matériel conseillé et obligatoire pour trekking

Lorsque vous vous équipez, gardez en tête que le poids est un des facteurs les plus importants étant donné que nous portons tout sur notre dos. Ceci étant dit, s'équiper avec du matériel léger mais de mauvaise qualité peut ruiner un séjour.

Une partie de ce matériel, en deuxième page, est obligatoire pour le bon déroulement du séjour et la sécurité de tous.

Voici la liste du matériel que nous vous **conseillons** :

- Des chaussettes de randonnée en partie en laine et en partie en synthétique.
- Pantalon de randonnée léger qui sèche vite et qui ne gêne pas le mouvement. Le short n'est pas recommandé à cause des moustiques. Un pantalon transformable en short n'est pas une mauvaise option, mais pas indispensable !
- Pour les hauts, il faut une combinaison qui permette de s'adapter à toutes les situations. Voici un exemple : un t-shirt de randonnée à manche courte, un sous-pull manche longue en polaire fine, une polaire et un pull chaud.
  - Le t-shirt n'est pas obligatoirement technique, mais le coton prend plus de temps à sécher et n'offre pas le même confort lors de la randonnée.
  - Le sous-pull manche longue est le secours, à mettre en journée sous la polaire et le pull si la température baisse, ou la nuit dans le sac de couchage si les nuits sont fraîches.
  - Pour le pull, certains préfèrent la laine, d'autres la polaire... L'important est de garder en tête que c'est la superposition des couches qui tient chaud. Il faut donc pouvoir les superposer sans être engoncé. Éviter à tout prix les sweaters en coton (sweater à capuche par exemple). Gardez bien en tête qu'au Yukon les températures peuvent être fraîches en soirée tout au long de l'année, surtout en altitude.
- Un bonnet, une paire de gants et un cache-cou. Indispensables si vous voyagez en mai ou septembre et fortement recommandés pour les autres mois de l'été.
- Un caleçon long, bien que pas indispensable, peut apporter du confort notamment pour rester au chaud la nuit, ou même en journée si besoin est.
- Duvet chaud (entre -20°C et 0°C). Afin d'être sûr de votre choix par rapport à votre séjour, n'hésitez pas à nous contacter.
- Un matelas de sol. Les matelas gonflables prennent moins de place mais sont généralement plus lourds et plus fragiles que les matelas en mousse.
- Lunettes de soleil, chapeau, crème solaire, anti-moustique et stick à lèvres.



## Matériel obligatoire :

- Une paire de chaussures montantes pour un bon maintien de la cheville, en cuir si possible car il offre une meilleure protection contre la pluie. Éviter les chaussures de randonnée légères en Gore-Tex.
- Une paire de chaussures très légère et ouverte pour le soir. Ceci apporte confort et permet aux pieds de respirer le soir ! C'est aussi indispensable pour les trekkings qui nécessitent de traverser des ruisseaux.
- Pantalon de pluie, avec si possible un zip en bas de la jambe afin de pouvoir le mettre et l'enlever sans avoir à enlever les chaussures.
- Une paire de guêtres montant assez haut sur le mollet et avec un bon ajustement sur la chaussure permet de maintenir les pieds au sec, notamment lors des traversées de petits cours d'eau ne nécessitant pas d'enlever les chaussures de marche.
- Une veste de pluie légère et assez grande pour pouvoir être portée par-dessus les couches détaillées plus haut. Elle n'a pas besoin d'être chaude.
- Un bon sac-à-dos de randonnée offrant confort et bonne capacité de portage (ne pas viser trop grand car plus un sac est grand plus il peut être lourd !)
  - Pour un homme, un volume de 70 litres minimum.
  - Pour une femme, une capacité de 60 litres minimum.
  - La taille d'un sac pour un enfant/adolescent va dépendre de son âge, de sa morphologie, etc.
- Gourde(s) ou sac(s) à eau d'une contenance minimum de 2 litres.
- Les bâtons de marche apportent du confort lors de la marche et sont indispensables pour les traversées de rivières.

