

LISTE D'ÉQUIPEMENT

POUR LE TREK DU KILLIMANDJARO

L'équipement joue un rôle majeur dans ce genre d'expéditions. Assurez-vous qu'il soit véritablement imperméable. Bien que les porteurs s'occupent de la plus grosse partie de vos bagages, prévoyez un petit sac sur vous dans lequel vous garderez l'essentiel à votre portée tel qu'un chandail chaud, un imperméable, des sous-vêtements de rechange, de la crème solaire, de l'eau, quelques collations et votre appareil photo.

Équipement de randonnée

- ☐ Bâtons de marche télescopiques avec embouts de caoutchouc
- ☐ 2 gourdes de 1 litre chacune minimum et « *Camelback* » de 2 litres
- ☐ Pochette étanche pour documents officiels
- ☐ Barres énergétiques et autres collations à votre goût
- ☐ Sac de couchage (-15 °C à -20 °C)
- ☐ Sleeping Liner -10 (le orange Thermarest)
- ☐ Matelas sol + sous matelas isolant (style thermarest)
- ☐ Petit oreiller compressible pour votre confort (facultatif)
- ☐ Chandelle pour l'humidité dans la tente (7 chandelles)
- ☐ Lunettes de soleil haute protection
- ☐ Sacs de plastique (genre Ziploc) grands
- ☐ Sac de compression
- ☐ Lampe frontale avec piles et ampoules de rechange
- ☐ Pharmacie personnelle
- ☐ Trousse de toilette : dentifrice, brosse à dents, savon, crème hydratante, déodorant, soins des pieds, etc.
- ☐ Pastille de purification d'eau ou paille de filtration (je vais les avoir pour vous)
- ☐ Protecteur à lèvres et crème solaire
- ☐ Serviettes humides
- ☐ Serviette de bain/douche style camping qui prend peu d'espace et sèche rapidement
- ☐ Papier hygiénique et petit sac à caca de chien pour les déchets
- ☐ Fil, aiguille et ficelle
- ☐ Hot pad pour les mains et les pieds
- ☐ Appareil photo et/ou téléphone intelligent avec chargeur
- ☐ Adaptateur et transformateur pour appareils électriques
- ☐ Chargeur solaire (facultatif)
- ☐ Sac à dos de jour adapté pour votre confort (30-38L) et housse imperméable pour le sac à dos
- ☐ Sac de voyage souple (*duffle bag large ou xlarge*)
- ☐ Papier / crayon à mine, couteau de poche/ciseau (facultatif)
- ☐ Ruban adhésif de type *Duc Tape* pour les réparations rapides
- ☐ Boules Quies (bouchons d'oreille)

Vêtements : Idéalement que des vêtements sport, des vêtements qui respirent

- ☐ Sous-vêtements sport (caleçon et soutien-gorge) un par jour pour les bobettes idéalement
- ☐ T-shirts légers respirant (2 manches longues et 2 courtes)
- ☐ Sous-vêtements longs et chauds (bas et haut) / 1 ensemble pour le jour et 1 pour la nuit
- ☐ 2 Chandail manches longues respirant (de type Polar)
- ☐ Doudoune légère avec manches (assez chaude quand même)
- ☐ Pantalon doudoune pour le soir (facultatif)
- ☐ Veste imperméable respirante (style « Gore Tex »)
- ☐ Surpantalon (style Gore Tex) avec ouverture latérale (pantalon pluie)
- ☐ 3-4 Sous-bas ou liner
- ☐ 5-6 Chaussettes chaudes et respirantes en laine de mérinos ou similaire
- ☐ Bottes de marche imperméables déjà portées avec un bon support à la cheville (Salomon Conquest ou similaire)
- ☐ Guêtres
- ☐ Tuque, cagoule et foulard « Boff »
- ☐ Chapeau ou casquette, bandana (protège du soleil)
- ☐ Gants légers et gants plus chaud
- ☐ Mitaines chaudes (finies en « Gore Tex »), sous gants en mérinos
- ☐ 2e paire de bottes ou chaussures confortables à porter au campement (Pantoufle North Face ou similaire)
- ☐ 2 Pantalons (à fermeture éclair se changeant en short) ou leggings (short pour la 1ere ou 2e journée, car il fait froid rapidement en altitude)
- ☐ Vêtements confortables pour avant et après le trek (safarie)
- ☐ Vêtements légers et confortables pour porter à Arusha
- ☐ Maillot de bain

Nous aurons la possibilité de laisser un bagage à l'hôtel pendant notre expédition et le récupérer après.

Nous vous recommandons quatre couches de vêtements :

1. Sous-vêtements à manches longues
 2. Chandail léger, mais chaud
 3. Laine polaire
 4. Le tout protégé par une veste et d'un surpantalon de style « Gore Tex »
- Les « hot pads » pour les mains et les pieds sont suggérés.

*****IMPORTANT, AUCUN COTON *****

Vous avez des questions ou avez besoin d'informations additionnelles concernant la préparation de votre voyage ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous !

Contact Amérique Voyage

230 rue Principale, suite 202
St-Sauveur, Québec, Canada
J0R 1R0

Téléphone : 450 227-7207 / 1-800-293-7207
Informations générales : info@cavoyage.ca

Merci de nous faire confiance !

Contact Amérique
Voyage