

# Checklist pour son Trek



## PORTAGE

- ☐ SAC DE RANDONNÉE
- ☐ POUCHES ÉTANCHES

## SYSTÈME DE COUCHAGE

- ☐ TENTE
- ☐ MATELAS DE SOL
- ☐ SAC DE COUCHAGE
- ☐ OREILLER
- ☐ BOUCHONS D'OREILLES

## VÊTEMENTS

- ☐ CHAUSSURES DE RANDO
- ☐ VESTE IMPERMÉABLE
- ☐ DOUDOUNE
- ☐ POLAIRE
- ☐ T-SHIRT (MÉRINOS)
- ☐ SHORT / PANTACOURT
- ☐ CHAUSSETTES
- ☐ SOUS VÊTEMENTS
- ☐ GANTS LÉGERS
- ☐ GUÊTRES
- ☐ TOUR DE COUP
- ☐ CALEÇON LONG (POUR LA NUIT)
- ☐ BONNET
- ☐ TONGS POUR LE BIVOUAC
- ☐ LUNETTES DE SOLEIL
- ☐ CHAPEAU / CASQUETTE

## PETIT EQUIPEMENT

- ☐ CARTE IGN / GUIDE TOPO
- ☐ SAC POUBELLE
- ☐ BOUSSOLE / GPS

## TROUSSE DE SECOURS

- ☐ [CLIQUEZ ICI SELON VOS BESOINS](#)

## KIT DE CUISINE

- ☐ RÉCHAUD
- ☐ CARTOUCHE DE GAZ
- ☐ BRIQUET
- ☐ FILTRE À EAU
- ☐ POPOTE (1 À 2 PERSONNES)
- ☐ GOURDES
- ☐ CUILLÈRE
- ☐ COUTEAU
- ☐ SAC ÉTANCHE POUR LA NOURRITURE
- ☐ TASSE
- ☐ FRUITS SECS
- ☐ PLATS LYOPHILISÉS
- ☐ BARRES DE CÉRÉALES
- ☐ FRUITS SECS

## ÉLECTRONIQUE

- ☐ BATTERIE EXTERNE
- ☐ CHARGEUR USB C RAPIDE
- ☐ LAMPE FRONTALE
- ☐ CABLE D'ALIMENTATION
- ☐ APPAREIL PHOTO / CAMÉRA

## TROUSSE DE TOILETTE

- ☐ SERVIETTE MICROFIBRES
- ☐ BROSE À DENTS
- ☐ SAVON D'ALEP
- ☐ PAPIER TOILETTE
- ☐ GANT DE TOILETTE
- ☐ TUBE DENTIFRICE
- ☐ CRÈME SOLAIRE
- ☐ LINGETTES DE TOILETTE