



## CHECK-LISTE

### MATERIEL OBLIGATOIRE

- Réserve d'eau ou pastilles purificatrices.
- Réserve alimentaire pour 3 jours.
- 2 lampes en bon état avec des piles de rechange.
- Smartphone avec la géolocalisation activée et l'application My FFPS installée.
- Batteries externes (attention si smartphone déchargé = élimination).
- Sifflet
- Chaussures de randonnées
- Veste imperméable et respirante.
- Pantalon ou collant de course.
- Vêtement chaud servant de seconde couche (polaire ou autre).
- Casquette ou équivalent
- Couverture de survie (2 m2 minimum)

### MATERIEL CONSEILLE

- Bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping.
- Boussole et carte
- Vêtements de rechange
- Crème solaire, crème anti-échauffement, pansements ampoules
- Bâtons de randonnées
- Tente pliante
- Sac de couchage

.... Et un peu de matériel de pêche ! 😊

Fédération Française des Pêches Sportives

Commission Nationale Carnassier

Siège Social : Comité National Olympique Sportif Français (CNOSF) 1, avenue Pierre de Coubertin 75013 PARIS cedex

N° SIRET : 814 826 657 000 11

Adresse postale : 3861, route du Village 31800 SAUX et POMAREDE Tél. : 06 30 53 14 20