

Équipements suggérés pour longue randonnée

- Vêtements chauds et synthétiques (polar, polypropylène, nylon, microfibre)
- Souliers ou bottes de randonnée adéquats et en bon état
- Lampe de poche ou frontale et piles de rechange
- Trousse de premiers soins complète
- Trousse de réparation et trousse de survie
- Accessoires d'hygiène personnel (crème solaire, papier de toilette)
- Sifflet, couteau
- Gourde d'eau potable et isolante
- Carte topographique des sentiers, boussole ou GPS
- Sac de couchage
- Raquettes de secours et bâtons (1 paire pour le groupe)
- Réchaud et combustible
- Système d'éclairage (fanal, lanterne)
- Allume-feu, papier journal et allumettes imperméables
- Prévoir des vêtements supplémentaires (tuque, mitaines, bas, sous-vêtements longs)
- Bâtons de marche
- Équipement de cuisine complet
- Gamelles (chaudrons et poêlons)
- Lunettes de soleil
- Système de communication recommandé (téléphone cellulaire fonctionnel sur les hauts sommets)
- Sac à dos de 70 L ou plus
- Coupe-vent (2 pièces, haut et pantalon)
- Tapis isolant
- Nourriture
- Filtre ou autre traitement pour l'eau
- Pièce d'identité et carte d'assurance maladie