

Cycle Préparatoire - UF Fondamentaux Techniques et Pédagogiques - Liste du matériel -

Vous devez connaître le fonctionnement de l'ensemble votre matériel dès le début de la formation (ex : fonctionnement de base de votre GPS). Ayez recours à la location ou au prêt si vous ne disposez pas personnellement de l'ensemble du matériel.

Les stagiaires ne disposant pas de ce matériel pendant toute la durée du stage ne seront pas autorisés à participer à la formation.

1. Equipement personnel

- Un sac à dos de capacité 40/50L avec plastiques pour isoler les affaires + votre fonds de sac habituel ;
- Chaussures de montagne crantées adaptées à la randonnée en montagne (les chaussures de trail sont inadaptées)
- Vêtements imperméables, vêtements chauds (dont bonnet) ; sous-vêtements techniques et changes
- Bâche (dimensions mini 3m x 2m) avec œilletons dans les angles et cordelette
- Trousse individuelle de premier secours comprenant *a minima* une couverture de survie (dimensions mini 2,20m x 1.40m), des pansements, un désinfectant, des compresses, du sérum physiologique, une bande autocollante, une bande de contention, une paire de gants à usage unique et une pince à épiler
- Moyen de communication (radio ou portable)
- Sifflet
- Kit d'allumage de feux (*a minima* 1 briquet et 1 bougie chauffe-plat)
- Frontale avec piles de rechange
- Boussole ; altimètre ; GPS de randonnée ; porte-carte étanche
- 1 corde de randonnée de 30 m, diamètre 8 mm – 2 anneaux de sangle d'escalade de 180cm de long minimum (Donc 360cm de sangle par anneau) – 2 mousquetons d'escalade avec fermeture sécurisée – Un sac à corde solide permettant de la stocker en vrac.
- Trousse de réparation (couteau multi fonction, cordelette, bande adhésive,)
- Gourde (mini 1,5L)
- Protection solaire ; lunettes de montagne ; casquette ou chapeau
- Carnet pour prise de notes ; crayon ; jumelles
- Ordinateur portable, logiciel excel vivement conseillé

Pour la deuxième semaine, vous devrez compléter la liste ci-dessus par :

- Sac de couchage adapté au bivouac ; éventuellement, tapis de sol
- Réchaud et combustible ; gamelle ; couverts

2. Nourriture

Pendant l'itinérance de fin de formation, vous devrez être autonomes en nourriture (repas chauds et vivres de course). Vous serez amenés à faire vos courses collectivement en cours de formation.