

Matériel traversée Pyrénées Rémi Thivel Septembre 2018

| TENUE JOURNEE | | TELEPHONIE et ORIENTATION |
|---|--|---|
| Tennis de trail | | 1 smartphone avec iPhiGénie |
| Chaussettes courtes | | 1 batterie externe 1 charge |
| Short | | 2 cables de charge (1 en + en cas de défaillance) |
| T-shirt | | 2 bases chargeur (1 en + en cas de défaillance) |
| Lunettes de soleil | | Pochette étanche |
| Casquette | | 1 impression papier A4 de chaque étape en cas |
| Bâtons Gipron | | |
| | | PHARMACIE |
| VETEMENTS REFUGE et EN CAS | | Arnica Montana 9 CH |
| T-shirt manche longue | | Huile essentielle Gaulthérie |
| Petite doudoune | | Crème Homéoplasmine |
| K-way light | | Doliprane |
| Pantalon light | | Spasfon / Imodium |
| | | Imodium |
| VIVRES de COURSE JOURNEE | | Pansements |
| 4 pâtes de fruit | | |
| 4 pâtes d'amande | | PETIT NECESSAIRE |
| 4 gateaux Gerblé "Goûter aux Raisins" | | Crème solaire |
| 150 g fruits secs (amandes, noix cajou, noix, papaye) | | Frontale Bindi avec cable recharge |
| 3 crackers bio épeautre 3 graines | | Petite serviette ultra-light / gant toilette |
| 80g de fromage de brebis ou Comté | | Petit morceaux de savon |
| | | Boules Quies |
| | | Tube XS de Loctite |
| GOURDES | | |
| 1 bouteille plastique 75cl | | SAC à DOS |
| 2 gourdes Hydrapack 400 ml | | Sac de trail Ferrino Backpack Dry-Run 12 |