



Rando Organisation

But de la rando, motivation

Accomplissement d'un parcours motivant qui forme un tout ?
Exemples vécus: le tour du Lac Léman, le chemin des crêtes du Jura suisse, à pied de chez moi à Genève à chez mon frère à Zürich, de la Grands Dixence à Arolla, les rives du Rhône du glacier à Genève...

Découvrir des lieux ?

Mises au point techniques ?

Reportage ?

Faire des rencontres ?

Choix/ étude du parcours

Topologie

Parcours topo Suisse

Durée

4h théoriques par jour

Retours d'expériences (youtube, sites rando...)

Coordination

horaire transports publics

Info des proches

Accompagnant

Équipement

Marche

Bâtons

repas

popote, feu, café, eau

pomme

fromage, viande séchée

pain

starters

contre le froid

g-loft / mérinos

contre la pluie

goretex carinthia

seatpad

Pour passer la nuit dehors

Observer/Zpacks, matelas et oreiller gonflable, defender, drap soie

Sécurité et communication

matériel tactique

pharmacie

iphone

batterie

pansements

couverture kevlar

Médicaments

superglue

scotch gris

textil

Petit matériel

paracorde

cuillère

Thermomètre

Filtre eau

PQ

trousse lavage

brosse à dents

Coutellerie

scie

poignard

couteau suisse

lampes LED