

MATERIALI E ATTREZZATURE PER CAMPO INVERNALE

Premessa:

La presente lista di materiali e attrezzature, è stata redatta con lo scopo di fornire all'utente una sorta di promemoria circa i materiali che possono essere utili durante un'escursione invernale con pernottamenti in tenda.

L'utente dovrà individuare quelli che sono materiali importanti in funzione dell'escursione e della durata.

Per ogni dubbio potete contattarmi direttamente.

- Un paio di doposci caldi e impermeabili (per la serata al bivacco) **Consigliato**
- 2 borse impermeabili da 20 a 30L **Consigliato**
- 1 pile pesante **Obbligatorio**
- 1 berretto **Obbligatorio**
- 1 giacca Goretex antivento e impermeabile con cappuccio. **Obbligatorio**
- 1 piumino Duvet **Obbligatorio**
- 2 indumenti intimi caldi e traspiranti **Obbligatorio**
- 1 maglia termica sottile **Obbligatorio**
- 1 sovrapantaloni in Goretex. **Consigliato**
- 1 calzamaglia o sottopantaloni, **Consigliato**
- 1 paio di guanti caldi di ricambio **Consigliato**
- 1 paio di guanti caldi e impermeabili. **Obbligatorio**
- 1 passamontagna **Obbligatorio**
- 1 "girocollo" in pile o lana **Consigliato**
- 1 paio di occhiali da sole **Obbligatorio**
- 1 maschera da sci a doppio schermo **Consigliato**
- 2 Calzettoni di ricambio, **Obbligatorio**
- 1 telo termico **Obbligatorio**
- 1 materassino autogonfiante o materassino poliuretano **Obbligatorio**
- 1 tazza (1 cucchiaino lungo, **Obbligatorio**
- 1 coltello, **Obbligatorio**
- 1 accendino) **Obbligatorio**
- 1 Stik crema ad alta protezione **Obbligatorio**
- Piccola farmacia personale con crema solare e idratante, **Consigliato**
- 1 kit individuale pulizia personale **Obbligatorio**
- 1 rotolo di carta igienica in tasca con cerniera **Obbligatorio**

- 1 fotocamera ben protetta + batterie di ricambio + schede di memoria **Consigliato**
- Una batteria frontale e di riserva. **Obbligatorio**
- 2 thermos da 1 litro (uno per il tè e uno per l'acqua calda) **Consigliato**
- Sacchi per la spazzatura pesanti (qualche sacchetto per proteggere tutto) **Obbligatorio**
- 1 libro + carta + matita + lettore MP3 (per maltempo o contemplazione ...) **Consigliato**
- 1 Sacco a pelo in fibra sintetica a mummia **comfort -25 ° C. Obbligatorio**
- Fornello a gas con bombola di ricambio, (uno ogni due persone) **Obbligatorio**

MATERIALE CARTOGRAFICO COMUNE

(a cura dell'organizzazione) - Chi lo possiede lo può portare.

- GPS – Comunicare all'organizzazione per caricare la traccia GPX
- Bussola
- Altimetro
- Cartografia 1:25.000

Cibo necessario consigliato per la durata della attività

Ognuno deve fare il conto con le proprie necessità e preferenze

Queste sono solo idee di quello che normalmente serve e si usa in queste occasioni

- Minestre o pasta liofilizzate, (una per sera) Generalmente una busta è per due persone
- Formaggio, (consigliato Parmigiano in barrette)
- Salumi vari
- Buste di the
- Latte condensato
- Buste di zucchero
- Crakers vari secondo preferenze
- Marmellate e miele per la colazione
- Barrette energetiche da usare durante la marcia
- Frutta secca liofilizzata
- Cioccolata
- Integratori energetici per l'acqua, (Polase o altro)

MATERIALI FORNITI DALL'ORGANIZZAZIONE

- Slitte Pulka di proprietà o a noleggio in zona
- Tenda grande comune
- Sega da legna

MATERIALI PER CHI NE E' SPROVVISTO

- Tende
- Pale da neve
- Borsa materiale per piccole riparazioni - (a cura dell'organizzazione)
- Un paio di racchette da neve di ricambio - (a cura dell'organizzazione)
- Un paio di bastoncini di ricambio – (a cura dell'organizzazione)

MATERIALE SOCCORSO COMUNE

a cura dell'organizzazione

- ARTVA per i partecipanti
- Telefono satellitare
- Pronto soccorso generico