

Liste matériel expé 2025

Les yeux en l'air
Samuel Schupbach
Chemin de la Palette 13
1973 Nax

T +41 79 459 02 62
E info@lesyeuxenlair.ch
W lesyeuxenlair.ch

EQUIPEMENT PERSONNEL

La tête :

Un bonnet / une casquette ou un « buff » contre le soleil
Une paire de lunettes de soleil haute protection (idéalement catégorie 4)
Un masque de ski (goggle)
Crème de protection solaire pour le visage et les lèvres
Votre bandeau et/ou votre buff « des yeux en l'air »

Le buste :

sous vêtements (type Merino ou en matière séchant rapidement)
« long sleeve » chaud (type Merino ou en matière séchant rapidement)
Une softshell ou une polaire
Une doudoune (légère)
Une veste de type Gore-Tex

Les jambes, les pieds

Un pantalon de type Gore-Tex
un collant
Paires de chaussettes adaptées à la randonnée à ski (Merino ?)

Les mains :

Une paire de gants chauds
+ une paire de gants légers

MATERIEL TECHNIQUE

Skis de randonnée (préparés/adaptés)
peaux de phoque adaptées au ski avec colle récente,
couteaux
bâtons de ski
DVA + pelle + sonde
Souliers de skis de randonnée avec semelles type vibram
Un sac à dos ni trop grand ni trop petit avec des sangles pour attacher les skis
Casque (un casque d'alpinisme léger fait très bien l'affaire)

Pour des sorties en montagne :

Un baudrier de type cuissard avec si possible mousquetons, sangles
Un thermos (env. 7dl) ET une gourde de type Nalgene (env. 1l)
Quelques barres/chocolat/snacks que vous aimez manger
1 couteau suisse

Pour les nuits sous tente :

Matelas gonflable
Coussin gonflable (facultatif)
Sac de couchage (confort - 10 °)
Lampe frontale
Vêtements très chauds : collant, chaussettes, grosse doudoune
Sacoche étanche pour mettre les habits au sec entre 10 et 20 litres ou sac à poubelle

VOYAGE

Pantalon, t-shirt, pull, habits de rechange (ni trop, ni trop peu)
Souliers pour le voyage/village : je me renseigne ce qui convient le mieux !!!)
un drap de couchage (en soie),
Pantoufles pour l'intérieur (crocs) ???
trousse de toilette (n'oubliez pas vos médicaments si vous suivez un traitement)
Prévoyez chacun une boîte de compeed



Petit linge de douche (idéalement en micro fibres)
Sac de voyage de type Duffel bag d'environ 70 litres
Jeux de carte - petits jeux de voyage - livre - carnet de voyage (?)

MATERIEL COLLECTIF (l'équipe responsable se charge d'organiser)

10 crampons légers
10 piolets légers
1 téléphone satellite
5 radios avec les chargeurs
Multiprise
Filtres pour eau
Sacs à ski
Nourriture lyophilisée + déjeuners
Formage à raclette - Viande séchée - chocolat - bonbons
Matériel de réparation
Matériel de rechange (ski - fixation - DVA - piles)
Musique ?
Sachets pour repas / déchets + PQ
Kits de réparation des matelas
Produit à lessive