

| Lundi 26  | Mardi 27  | Mercredi 28  | Jeudi 29   | Vendredi 30  |
|---|---|--|--|--|
| Rando sportive  | Sécurité Neige  | Mer de Glace   | Escalade (avec 1h d'approche)  | Aiguille du midi   |
| Tenue de course à pied<br>Coupe-vent<br>Sweat ou petite polaire                           | <b>Pantalon de ski ou Pantalon de montagne</b><br><b>Veste de ski légère</b><br><b>Vêtements adaptés au froid et au vent</b>            | <b>Pantalon de ski ou Pantalon de montagne</b><br><b>Veste de ski légère</b><br><b>Vêtements adaptés au froid et au vent</b> | Tenue de sport<br><br><b>Vêtements adaptés au froid et au vent</b>                         | Tenue adaptée au froid<br><br>Coupe-vent<br><br>Lunettes de soleil |
| Chaussures de course à pied<br>Batons de marche<br>T-shirt de rechange                    | Chaussures cramponnables<br>Crampons<br>Piolet Droit<br>Casque<br>Baudrier + <b>longe corde</b><br>Guêtres<br><b>Gants obligatoires</b> | Chaussures cramponnables<br>Crampons<br>Piolet Droit<br>Casque<br>Baudrier<br>Guêtres<br><b>Gants obligatoires</b>           | Chaussons de grimpe<br><br><br>Casque<br>Baudrier<br>1 mousqueton<br>1 système d'assurance | Bandeau<br>Bonnet<br>Gants   |
| Gourde et porte gourde<br>Boisson perso<br>Lunettes de soleil<br>Creme solaire<br>Bandeau | Thermos<br>Boisson perso<br>Lunettes de soleil<br>Creme solaire<br>Bonnet Bandeau   | Thermos<br>Boisson perso<br>Lunettes de soleil<br>Creme solaire<br>Bonnet Bandeau  | Gourde et porte gourde<br>Boisson perso<br>Lunettes de soleil<br>Creme solaire<br>Bandeau  |  |
| Sac à dos 15 litres<br>Vivres de course   | Sac à dos 30 litres<br>(portage des crampons, cordes)   | Sac à dos 30 litres<br>(portage des crampons, cordes)  | Sac à dos 30 litres<br>(portage des cordes et dégaines)                                    |  |
| <b>Votre Pique-nique Personnel</b>  | Pique-nique Lycée   | Pique-nique Lycée  | Pique-nique Lycée  | Repas de midi au Self  |