

Vous participerez à une activité d'escalade de glace avec nous prochainement. Nous vous transmettons une liste d'équipements à apporter avec vous.



Matériel d'escalade:

- Harnais
- Casque
- Crampons d'escalade
- 2 piolets techniques avec dragonnes
- Système d'assurage et mousqueton à vis
- Bottes d'escalade de glace cramponnable (préférence isolée ou double)

Avant d'acheter du matériel contactez-nous, nous avons une gamme complète de matériel de location.

Liste de matériel :

- Sac à dos (30L)
- Vêtements d'hiver (multicouches)
- Vêtements isolants supplémentaire (doudoune, manteau de ski ou polar)
- Gants et mitaines (Prévoyez une deuxième paire puisque vous risquez de les mouiller)
- Gants minces pour faire des nœuds.
- Tuque



Nourriture :

- Repas du midi (Lunch froid)
- Collation (Noix, barre tendre, fruit sec)
- Eau (1L)

Suggestions :

- Lunette de soleil, protectrice ou de ski
- Crème solaire
- Cagoule mince
- Hot Pad
- Breuvage chaud

Tout l'équipement d'escalade supplémentaire est fourni : casque, corde, mousquetons, cordelettes, sangles. Si vous désirez apporter votre propre matériel celui-ci sera évalué par le guide avant l'activité.

Voici quelques informations supplémentaires qui vous permettront de passer une journée plus agréable.

- Attention, vous pourriez endommager vos pantalons avec les crampons, nous vous suggérons d'avoir de vieux pantalons et/ou des guêtres.
- Avoir un sac à dos confortable qui pourra contenir tout votre matériel, vous évitera de transporter du matériel dans vos mains.
- Portez plusieurs couches de vêtements, ceci vous permettra d'être plus flexible selon la température.
- Il est préférable d'avoir une tuque plutôt qu'un chapeau ou autre, vous devrez porter un casque.
- Prévoyez un breuvage chaud pour le midi.
- Prévoyez un vêtement isolant supplémentaire et des hot-pads, puisque nous ne serons pas toujours en action.

Assurances si activité aux USA :

- Nous vous suggérons de prendre des assurances médicaux-hospitalières pour l'escalade. Habituellement vous n'êtes pas couvert pour les activités à haut risque comme l'escalade.
- Nous vous suggérons de vérifier et de prendre une assurance pour la période de la formation ou annuellement si vous pensez continuer de pratiquer cette activité.
- Liste des compagnies : Cooperators, Travel-Underwriter, Croix-Bleu (attention limitations au degré de difficulté et d'engagement)



Bonne escalade

L'équipe de ChamoX