



# CHECK-LIST

(A IMPRIMER POUR UN CONTRÔLE DE SAC AVANT DÉPART)

- 1 Sac à dos (pouvant contenir l'intégralité du paquetage)
- 1 Sac étanche (pouvant contenir tout le paquetage au sec)
- 1 paire de Chaussures de change (Basket autorisées)
- 1 Bâche couleur camo ou noire (minimum 2/2 mètres)
- 4 Sardines (piquets de tente)
- 1 Duvet (adapté à la saison)
- 1 Tapis de sol
- 1 Paracorde 10m (Bracelet de survie autorisé)
- 1 Lampe type PETZEL avec mode lumière **ROUGE**
- 2L d'Eau (CAMELBACK fortement recommandé)
- 1 Lot de sous-vêtements\* de rechange
- 1 T-Shirt\* de rechange
- 1 Rouleau de "Power Tape Extrême"
- 1 K-Way
- 1 Veste type polaire ou Sweat capuche
- 1 Pantalon de rechange
- 1 Sifflet tour de cou
- 1 Mousqueton
- 1 Boussole SILVA (en millième)
- 1 paire de Menottes Serflex
- 1 Corde d'escalade (longueur : 5m / épaisseur 10 mm minimum)
- 1 Cagoule noire (1, 2 ou 3 trous adaptée à la saison)
- 1 Trousse de 1<sup>er</sup> secours + nécessaire de toilette
- 1 Quart US en Metal
- 1 Tatoo
- 1 Bonnet noir
- 1 Marqueur noir
- 1 Stick de Camouflage 2 couleurs
- 1 Cyalume **Vert**
- 1 Sac Albal Ultra-Zip grand format



## Sur l'homme :

- 1 Tenue noire ou camo pour toute la durée du stage
- 1 Paire de gants tactiques
- 1 Paire de chaussures hautes (Rangers, HAIX, Magnum, etc...)

\* 2 pour le format 36H

Prévoir également en option une autre tenue de rechange pour repartir propre ainsi qu'un couchage dans votre véhicule.