

# Vallées, canyons et sommets de Majorque du 22 au 29 avril 2023

## VOTRE EQUIPEMENT

### Bagages

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

#### 1 - Le sac à dos :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée.

Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo...), de valeur (lorsque votre hébergement ne dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments.

Il sera en cabine lors des transports aériens. Généralement, le poids des bagages cabine est limité à 10 kg par personne.

#### 2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par véhicule.

Vous recevrez avant votre départ des étiquettes Terres d'Aventure, qui vous permettront d'identifier vos bagages avec vos nom et adresse, et faciliteront le regroupement des sacs aux arrivées à l'aéroport.

Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation ou billet.

#### >> Nos recommandations :

Enregistrez en bagage en soute le maximum de choses et ne conservez dans votre bagage à main que ce qui est absolument indispensable à votre voyage.

Equipez-vous pour l'avion de votre tenue de randonnée et prenez vos affaires de première nécessité (en cas de problème d'acheminement de vos bagages).

Merci de noter que les contrôles de sécurité sont devenus très stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux, limes à ongles et piles de rechange dans votre sac de soute.

### Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer des t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilene (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste type Gore-tex, simple et légère
- 1 polaire fine (même pendant la saison chaude)
- 1 polaire chaude ou doudoune (d'octobre à mai)
- Gants, bonnet, écharpe (de novembre à avril)
- 1 cape de pluie
- 1 surpantalon imperméable (facultatif)
- 1 maillot de bain

- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram) (obligatoire.)
- 1 paire de sandales ou de chaussures détente pour le soir.

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

### **Equipement**

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
  - 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants
  - 1 gourde (1,5 litre minimum)
  - 1 lampe frontale (obligatoire)
  - 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
  - 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
  - Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence
  - 1 serviette de toilette à séchage rapide
  - Boules Quies (facultatif)
  - Papier toilette
  - Crème solaire et stick à lèvres
- Obligatoire pour les pique-niques : boîte en plastique pour les salades du midi, couverts et gobelet.

### **Pharmacie personnelle**

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol.
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
- Répulsif anti-moustiques.
- Masques et gel hydroalcoolique

### **Trousse de secours**

Une trousse de premiers secours, fournie par l'agence et adaptée à votre voyage, est placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

NB : les guides ou accompagnateurs ne sont pas habilités à vous fournir des médicaments