

Liste de l'équipement

Géants glacés



Vous trouverez ci-dessous une liste d'équipement que nous vous recommandons vivement d'emporter lors du voyage. Afin de profiter de votre séjour au maximum, un équipement confortable et de qualité est essentiel. Soyez donc quelque peu sélectif au niveau de ce que vous emportez et assurez-vous qu'il convienne aux conditions arctiques.

Le transport de l'équipement au Groenland se fait par des bateaux avec une capacité limitée - à la fois en volume and en poids - Veuillez limiter votre équipement personnel à 15 kg et de les emballer dans une sac de voyage souple ou équivalent.

Vêtements & Chaussures

Sous vêtements thermiques en laine, pas en coton (couche de base)

Les couches de base sont conçues pour vous garder au chaud, même si elles sont humides (par exemple à cause de la transpiration). Elles doivent être en laine légère ou autres fibres respirantes à séchage rapide. Ne prenez surtout pas de coton, une matière qui ne sèche pas. S'il y a bien une chose sur laquelle insister encore et encore, c'est de surperposer plusieurs couches légères, BIEN plus utile pour réguler la température du corps que d'avoir une ou deux couches lourdes qui pourraient vous faire avoir trop froid ou trop chaud sans trouver le juste milieu. Il est recommandé d'apporter une sélection de T-shirts manches longues et de collants/caleçons longs pour les couches de base légères afin d'en avoir de rechange.

Pull en laine, polaire ou veste PrimaLoft (couche intermédiaire)

Une couche de laine est toujours agréable à porter comme source de chaleur supplémentaire. Il ne doit pas s'agir de votre pull d'hiver le plus lourd mais de quelque chose d'agréable à porter qui vous tiendra au chaud. Il est recommandé d'apporter un pull en laine de poids léger à moyen, une polaire ou une veste PrimaLoft.

Pantalon de randonnée (couche intermédiaire)

Il est recommandé d'apporter un pantalon (type pantalon de randonnée) léger, ample et respirant à séchage rapide. Un pantalon en polaire léger peut être utile si vous avez facilement froid. Le jeans est fortement déconseillé.

Veste légère, respirante (couche externe)

Lorsqu'il ne pleut pas et que vous êtes actif (comme lors d'une randonnée à pied), la veste imperméable ne sera pas nécessaire, mais vous aurez besoin d'une veste plus légère. Il est recommandé d'apporter une veste légère et respirante coupe-vent.

Veste e pantalon coupe -vent / imperméables (couche externe)

Cette dernière couche est très important, elle vous protégera du vent et de la pluie lors des activités. La qualité de cette couche fera la différence entre un voyage agréable et désagréable. Il est recommandé d'apporter une veste coupe-vent /imperméable et un pantalon coupe vent /imperméable. Gore Tex est un fabricant renommé de vêtements respirants et imperméables.

Doudoune (type Prima-Loft ou duvet)

bonnet chaud et gants légers

Un peu de vent, un iceberg gigantesque à proximité, et même le brouillard peuvent avoir plus d'effets sur la température de l'air que vous ne l'imaginez. Même si vous voyagez en été, vous aurez besoin d'être équipé avec quelques articles plus "hivernaux". Il est recommandé d'apporter un bonnet et des gants chauds (en laine ou polaire). Comme version allégée, un foulard à porter autour de la tête ou du cou est également utile.

chaussures de marche

Les chaussures sont de la plus haute importance au Groenland. Elles doivent être confortables mais robustes, car c'est elles qui protègent vos pieds tout au long de la journée. Prenez donc vos chaussures de randonnée préférées, que vous porterez tout au long de la journée lors des activités, telles que les randonnées à pied ou les navigations. De bonnes chaussures de randonnée sont munies d'un bon soutien au niveau des chevilles, sont imperméables, étanches et antidérapantes avec une bonne adhérence des semelles. Il est préférable de prendre des chaussures déjà portées, car il n'est pas idéal de porter de toutes nouvelles chaussures qui peuvent causer des ampoules le premier jour.

wool socks

we recommend 3 pairs of merino wool hiking socks, e.g. from Smartwool or similar

Autre équipement

Sac de voyage souple (si possible étanche)

Pour le transport de votre équipement pour la nuit entre les refuges. Évitez de prendre une valise!

Sac à dos (25 l à 40 l)

pour des vêtements supplémentaires et la nourriture durant la journée

Sac de couchage confortable +5°C (40 F)

Chaussures pour traverser les rivières

Une vieille paire de baskets légères convient. Des sandales ouvertes ne sont pas suffisantes.

batons de randonnée

répulsif, moustiquaire de tête, soin après-piqûre

L'été arctique est connu pour ses petits insectes embêtants tels que les moustiques et les mouches. Ils ne seront pas un problème lors d'activités en mer, mais une fois de retour sur la terre ferme, ils ne tarderont certainement pas à vous trouver. Seule une légère brise vous donnera un peu de répit. Il est recommandé d'apporter un répulsif anti-moustique, un soin après-piqûre et une moustiquaire de tête. Pas très à la mode, mais ô combien pratique. Il devrait être possible d'acheter des répulsifs anti-moustiques à l'épicerie locale Pisiffik, selon les disponibilités du produit. Il s'agira cependant d'une version chimique et non écologique. Si vous préférez un produit plus naturel, vous devrez apporter le vôtre.

Serviette légère et compacte

Crème solaire, baume à lèvres, lunettes de soleil

La lumière au Groenland est très forte, accentuée par la réverbération du soleil sur la mer ou sur la glace. Nous vous recommandons d'apporter une crème solaire, un baume pour les lèvres ainsi que des lunettes de soleil (et si vous le souhaitez, un chapeau avec visière).

Bouteille ou thermos (0,5 - 1 litre)

Lampe frontale

Vêtements de rechange pour porter au campement

Trousse de premiers secours, y compris soins pour ampoules

Médicaments personnels

Articles de toilette (brosse à dents, dentifrice, savon biodégradable)

boules Quies

boîte/Tupperware pour les déjeuners quotidiens

Optionnel

Guêtres, hauteur des mollets ou genoux, assez larges

Chaussettes en néoprène

un accessoire à privilégier pour les voyage incluant plusieurs traversées de rivières

Petit couteau

Petit tapis de sol pour les pauses déjeuner

Shorts

Chargeur de secours / Chargeur de téléphone solaire

Sacs étanches pour appareils électroniques et vêtements de rechange

apéritif

Location

Sac de couchage à l'est du Groenland (7000 ISK par location)

Veillez nous envoyer la demande de réservation à l'avance, le règlement se fera sur place à Kulusuk.

Ce que nous fournissons

cutlery

plate

cup

N'hésitez pas à [nous contacter \(https://greenlandtours.com/fr/nous-contacter/\)](https://greenlandtours.com/fr/nous-contacter/), si vous avez la moindre question à propos de l'équipement à apporter lors votre voyage.

[Source \(https://greenlandtours.com/fr/tour/randonnee-a-pied-est-groenland/#equipment/0ab49c61\)](https://greenlandtours.com/fr/tour/randonnee-a-pied-est-groenland/#equipment/0ab49c61)

©Greenland Tours – greenlandtours.com, 09 décembre 2019