

# Liste de matériel à emporter et lieu de RDV

Stages de survie – Stages Koh-Lanta – Stages immersion nature

---

1 sac à dos 45 à 55 litres (location possible) avec :

- o Sac de couchage (idéalement type sarcophage +5°C). ... Location possible.
- o Tapis de sol compact (un autogonflant d'1,20 m de longueur suffit). ... Location possible.
- o Bâche 3x3m ou 3x4m. Décathlon fait maintenant un très bon « tarp » (laisser les lourds piquets à la maison). ... Location possible.
- o 1 couteau type survie (lame non rétractable, au moins 10 cm, idéal 12-13cm. Les modèles « Bear Grils » sont très bien, mais assez chers : 75 €). ... Location possible.
- o Briquet magnésium. ... Prêté.
- o Ficelle et cordelette. ... Prêtés.
- o Sacs poubelles (50 l ou plus). ... Fournis.
- o Vêtements chauds et de pluie.
- o Gourde ou bouteille d'eau.
- o Pique-nique Jour 01 et Jour 02 (optionnel pour les stages de survie) et barres énergétiques.
- o Boussole. ... Prêtée.
- o Lampe frontale. ... Location possible.

Choses utiles : bol, couverts, scie pliable, couverture de survie, mini pharmacie (avec micropur)...

---

- Le matériel Décathlon offre un très bon rapport qualité/prix notamment en ce qui concerne les sacs à dos, sacs de couchage et tapis de sol (l'autogonflant bleu à 24 € est très bien).

- **Possibilité de louer l'ensemble pour 15 € les 2 jours.**

- Selon disponibilité, possibilité d'être hébergé la veille chez moi (petite maison à Montpellier) à tarif réduit : 20€ nuitée avec petit déjeuner.

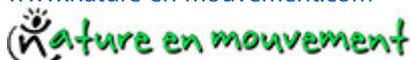
**RDV Départ : soit à 9h30 sur le parking du supermarché « Casino » du rond-point de la Lyre (Montpellier Nord), ou encore à 10h30 sur le parking du « Super U » de Ganges (34). Nous faisons du covoiturage. Précisez si vous n'êtes pas véhiculé (arrivée en train).**

Retour à votre convenance (en général 17h00 Ganges et 18h00 Montpellier).

Marc REINHARDT

06 88 67 19 43

[www.nature-en-mouvement.com](http://www.nature-en-mouvement.com)



[www.stage-de-survie.org](http://www.stage-de-survie.org)

