

# LISTE DU MATERIEL A PREVOIR POUR LE VOYAGE AU CANADA

Pour l'organisation des activités il y aura avant notre départ une distribution nominative d'un équipement anti-froid manteau grand froid Royal Canin et un sac pour les bagages.

Malgré cet équipement, il est recommandé un de prévoir un équipement d'effets personnels à savoir :

## **I - Les bagages :**

20 kg maximum par personne pour le bagage en soute.

Prévoir deux sacs

- un sac de voyage principal ou valise
- un petit sac à dos de randonnée considéré comme bagage à main contenant l'appareil photo et autres accessoires mais suffisamment grand pour mettre éventuellement un pique nique.

Poids autorisé : 5kg maximum pour le bagage à main.

## **II - Les vêtements :**

Sous-vêtements chauds (maillots, collants...) : privilégier les matières type micro polaire, laine ou synthétique qui évacuent la transpiration / bannir le coton

Vêtements de ski (pantalons, veste imperméables, gants, écharpe, bonnet)

Une serviette, un gant de toilette, un pyjama ..etc

Une paire de chaussures pour marcher dans la neige (chaussures montantes fourrées, chaussures adaptés à la randonnée ou après ski)

Une paire de chaussure ou de tennis ou chaussons pour se détendre à l'hôtel

Pantalons velours, fuseau, caleçons, jeans (vêtements chauds)

Une paire de gants de ski, (chauds et imperméables) + petite paire de gants (soie ou laine) à mettre sous les moufles prêtés par l'hôtel (le prêt des grosses moufles n'est pas forcément pratique pour toutes les activités)

Echarpes, bonnets, cagoules.

Plusieurs paires de grosses chaussettes en laine

Des sous-vêtements pour 8 jours

Des Tee-shirts ou des chemises à grandes manches pour les 8 jours

Prévoir un ou plusieurs gros pulls ou un pull en col roulé ou pull polaire

Et tout ce qui vous paraîtra bien entendu nécessaire

▲ Eviter le coton pas très chaud

## **III - Matériel divers :**

Un carnet de bord (carnet + stylo)

Un appareil photos avec piles ou batteries, chargeurs, cartes mémoire en conséquence

Une paire de lunettes de soleil

Les médicaments personnels

Crème solaire avec un indice suffisant, stick à lèvres

Des lingettes

Des sacs plastiques pour protéger les habits et l'appareil photo

Un maillot de bain

Chaussures pour piscines (chaussures en plastique, claquettes, sandales, tongs)

Crème pour les lèvres spéciales froid.

**Il est conseillé de ne pas se laver le visage le matin afin de conserver le gras cumulé pendant la nuit pour protéger le visage du froid!!!**

**Informations supplémentaires :**

- Documents joints **CONSEILS PRATIQUES**

**Programme du Voyage au CANADA du 19 janvier au 25 janvier 2010**

[http://www.mfr-mortagne.asso.fr/actualite/actu\\_20091102\\_Programme\\_Canada\\_2010.html](http://www.mfr-mortagne.asso.fr/actualite/actu_20091102_Programme_Canada_2010.html)

Réunion d'information sur le voyage le vendredi 15 janvier 2010 à partir de 14heures avec des informations complémentaires et de dernières minutes.

**HORAIRES**

**ALLER**

Départ Charles de Gaulle à 13H30 le mardi 19 janvier 2009, être à l'aéroport à 11H00

Arrivée à Montréal à 15heures 15

**RETOUR**

Retour le mardi 26 janvier 2009, arrivée à Charles de Gaule à 8H30

Les horaires seront confirmés définitivement 10 jours avant le départ.