

In die Natur eintauchen | Immersion dans la nature

Treffpunkt | Lieu de rendez-vous

Start | Début :

- Sonntag, 7. Juli 2024, Soubey, Dorf 10h00 (Bus Ankunft 10h05) |
- Dimanche 7 juillet 2024, Soubey, village 10h00 (Arrivée du bus à 10h05)

Ende | Fin :

- Mittwoch, 10. Juli 2024, Juli 2024, Epiquerez, village 17h00 (Bus Ankunft 17h10) |
- Mercredi 10 juillet 2024, juillet 2024, Epiquerez, village 17h00 (arrivée du bus 17h10)

Ausrüstung | Équipement

Deine Ausrüstung soll in einen Rucksack mitgetragen werden können. Der Rucksack ist mit einem Rucksackregenschutz ausgerüstet.

Um sicher zu sein, dass dein Material trocken bleibt, ist es ratsam alles in Plastiksäcke zu verpacken.

Schreibe bitte deinen Namen auf die Gegenstände die dir gehören.

Ton équipement doit pouvoir être transporté dans un sac à dos. Le sac à dos est équipé d'une protection contre la pluie pour sac à dos.

Pour être sûr que ton matériel reste au sec, il est conseillé de tout emballer dans des sacs en plastique.

Veillez écrire votre nom sur les objets qui vous appartiennent.

Kleidern | Vêtements

- Gute, wasserdichte, eingetragene Wanderschuhe
De bonnes chaussures de marche, imperméables et adaptés à tes pieds
- 1 Paar lange Outdoor Hosen bequem und die schnell trocknen, aber lieber nicht zu viel Kunststoff wegen dem Feuer
1 paire de pantalons longs d'extérieur confortables et qui sèchent rapidement, mais il vaut mieux ne pas mettre trop de plastique à cause du feu
- 1 wasserdichte Jacke
1 veste imperméable
- 1 Paar Regenhosen
1 paire de pantalons de pluie
- 1 Mütze, Handschuhe, 1 Halstuch/Halsband
1 bonnet, des gants, 1 écharpe/collier
- 1 grosser warmer Pullover und 1 langärmeliges Hemd oder T-Shirt
1 grand pull chaud et 1 chemise ou T-shirt à manches longues
- Unterwäsche
Sous-vêtements
- 2 T-Shirts
2 t-shirts
- 3 Paar warme Socken
3 paires de chaussettes chaudes
- 1 Lange Unterwäsche
1 sous-vêtement long

Wenn möglich, Kleider aus Wolle bevorzugen: nass bleiben sie warm.
Si possible, privilégier les vêtements en laine : mouillés, ils restent chauds.

Biwak | Bivouac

- 1 Stirnlampe (mit Ersatz Batterien)
1 lampe frontale (avec piles de rechange)
- 1 guter warmer Schlafsack (**Komfort +5°C**)
1 bon sac de couchage chaud (confort +5°C)
- 1 Isomatte, bequem und widerstandsfähig (wir schlafen direkt am Boden)
1 matelas de sol, confortable et résistant (nous dormons directement au sol)
- 1 Rettungsdecke
1 couverture de survie

Outdoor

- 1 Taschenmesser (oder Outdoormesser mit Etui), gute Qualität und scharf
1 couteau de poche (ou couteau d'extérieur avec étui), de bonne qualité et bien aiguisé

- Campingbesteck (Suppenteller, Gabel, Löffel, Tasse aus Hartkunststoff, Metall oder Holz)
Couverts de camping (assiette à soupe, fourchette, cuillère, tasse en plastique dur, métal ou bois)
- 1 Thermoskanne/Trinkflasche 1L gefüllt
1 thermos/bouteille de 1L rempli(e)
- Arbeitshandschuhe
Gants de travail

Hygiene | Hygiène

- 1 Zahnbürste + Zahnpasta
1 brosse à dents + dentifrice
- 1 kleines Handtuch (Händewaschen ...)
1 petite serviette (se laver les mains ...)
- Taschentücher
Mouchoirs en papier
- Die auf dem Gesundheitsblatt genannten Medikamente, falls du an Allergien oder bestimmten Krankheiten leidest (Wir haben eine Lagerapotheke).
Les médicaments mentionnés sur la fiche sanitaire si tu souffres d'allergies ou de certaines maladies (nous avons une pharmacie de stock).

Verschiedenes

- Etwas zum schreiben
Quelque chose pour écrire
- Ein Picknick zum Teilen für den ersten Mittag
Un pique-nique à partager pour le premier midi
- Ein kleiner und leichter Rucksack für die Tageswanderung
Un petit sac à dos léger pour la randonnée d'une journée