



ALPES - MATERIAL NECESARIO

- **Chaqueta y pantalón de gore-tex o similar.**
- **Forro polar (preferible grosor 200)**
- **Mallas de tejido térmico (evitar algodón)**
- **Camisetas térmicas (1 por lo menos) (evitar algodón)**
- **Camiseta de polartec 100 o similar.**
- **Chaleco de plumas o primaloft (opcional).**
- **Guantes de gore-tex o similar amplios para poner con otros de forro polar debajo. Algunos modelos vienen con los dos pares juntos. (llevar otro par de repuesto)**
- **Calcetines térmicos**
- **Guêtres**
- **Botas rígidas**
- **Crampones**
- **Piolet o dos piolets técnicos para las actividades de escalada.**
- **Saco de dormir ligero para el albergue de Chamonix.**
- **Mochila de 35-45 litros.**
- **Botella para agua.**
- **Bastones de marcha**
- **Linterna frontal y pilas de repuesto**
- **Gafas de sol**
- **Cremas de protección solar**
- **Arnés y casco**
- **Cabo de anclaje y mosquetón de seguridad**
- **Pies de gato**