

La tête : Une casquette ou un chapeau. un bonnet ou un bandeau. Une paire de lunettes de soleil. Crème de protection solaire (peau et lèvres).

Le buste : Un tee shirt. Une chemise chaude ou une fine polaire. Un vêtement chaud (type polaire). Une veste coupe-vent (type K-way ou Gore Tex).

Les jambes : Un pantalon de toile. Un short.

Les pieds : Une paire de chaussures de randonnée (type trekking) est conseillée.

Matériel : Petit sac à dos.

Divers : Une gourde d'un litre .