

EXPLORA

Project

Swedish Lapland Expedition

EQUIPMENT LIST – LISTE D'EQUIPEMENT

Updated on 22nd of february




Page 1 of 7 (items details below)









DEPLACEMENT	Check	Personnel suite	Check
1 paire de bâtons		2 sous-couche haut (Mérino)	
1 paire de ski randonnée		1 polaire	
1 paire de chaussures de ski		1 veste Gore Tex	
1 paire de peaux		1 doudoune chaude en plumes	
1 sac à dos 35 L		1 sous-couche bas	
1 Lunettes de soleil cat 3 ou 4		1 pantalon Gore Tex	
1 sifflet		1 pantalon soft shell	
1 masque de ski		1 paire de gants de ski (déplacement)	
1 kit DVA (DVA + pelle + sonde)		2 paires de sous-gants (type ski de fond)	
1 casque de ski		1 paire de mouffles en plumes	
		1 paire de gants chaud en laine	
		1 papier toilette + gel hydro-alcoolique	
ELECTRONIQUE		1 baume à lèvres	
1 téléphone portable		1 crème solaire	
1 batterie portable		1 mini trousse médicale	
CAMPEMENT		3 sacs étanches (15L/20L)	
1 sac de couchage – 30 °c		1 trousse de toilette	
1 matelas de sol (isolé = optionnel avec tapis)		1 thermos 1 L	
1 tapis de sol isolé		1 gourde 1 L + isolant (ou 2 thermos)	
1 tasse isolée		1 couverture de survie	
1 cuillère		OPTIONNEL	
2 briquets		1 paire de chaussons en plumes imperméable	
1 lampe frontale + piles de rechange		1 carnet rite in the rain	
PERSONNEL		1 paire de sur-gants Gore-Tex	
1 bonnet		1 drap de sac (soie ou polaire)	
1 cache cou polaire		1 couteau multi-outils	
1 cagoule		1 appareil photo / Go Pro	
3 paires de chaussettes		1 mini panneau solaire	

MANDATORY EQUIPMENT (équipement obligatoire)

No cotton clothes - Aucun vêtements en coton

#	ITEM	COMMENTS	QTY.
FEET - PIEDS			
1)		Warm socks (merino wool recommended) Chaussettes (merino recommandé)	3
2)		Cold expedition boots (Sorel recommended) Chaussures d'hiver	1
HANDS - MAINS			
3)		Pair of Warm ski gloves Paire de gants de ski	1 or 2
4)		Pair of silk liner gloves Paire de sous-gants	2
5)		Pair of expedition down-filled mitts Paire de gants chauds d'expédition en plumes	1
HEAD - TÊTE			
6)		Wool / polar hats <i>1 will be offered by Explora Project !</i> Bonnet en laine ou polaire	1
7)		Polar neck cover Cache-cou en polaire	1

8)		Baclava Cagoule	1
9)		Pair of sunglasses (Cat 3) Lunettes de soleil (cat 3 min)	1
10)		Ski mask Masque de ski	1
11)		Lipstick UV 30 Baume à lèvres	1
12)		Suncream (50 UV min) Crème solaire	1
BOTTOM BODY - JAMBES			
13)		Waterproof and windproof pants (Gore-Tex type) Pantalon coupe-vent et impermeable (type Gore-Tex)	1
14)		Warm softshell pants Pantalon softshell en polaire	1
15)		Thermal underwear pants (merino wool recommended) Sous-vêtements (merino recommandé)	1
TOP BODY - BUSTE			

16)		Warm down jackets (for evenings and breaks) Doudoune chaude en plumes (pour les pauses et le soir)	1
17)		1 waterproof and windproof jacket (Gore-Tex type) Veste coupe-vent impermeable (type Gore-Tex)	1
18)		Long sleeves merino thermal shirts Tee-shirt longues manches (type merino)	2
19)		Warm polar jacket Laine polaire	1
BASE CAMP			
21)		Hygiene kit: toothpaste, biodegradable soap Mini trousse d'hygiène	1
22)		Insulated air floor mat (R4 minimum) Matelas de sol isolé	1
23)		Sleeping bag comfort -30°C (feather or synthetic fibers) Sac de couchage confort – 30 °c	1
24)		Insulated foam mattress <i>It can be used to cook, eat, for breaks.</i> Tapis de sol isolé	1

25)		Camping spoon Cuillère de camping	1
26)		Insulated camping cup Tasse de camping isolée	1
27)		Headlamp + rechargeable batteries Lampe frontale + piles de rechange	1
ACCESSORIES - ACCESSOIRES			
28)		Drybags from 10 to 35L <i>To protect sleeping bag, clothes and personal items from humidity</i> Sacs étanches de 10 à 30 L (pour protéger votre matériel de l'humidité)	3
29)		Hiking Backpack 35 Liters Sac à dos de 35 L	1
30)		First aid kit <i>Waterproof bandages/ Blister patches/ Aspirine/ 1 tweezer/ personal drugs</i> Trousse de premiers soins (bandages, bandages pour ampoules, comprimés personnels)	1
31)		Whistle Sifflet	1
32)		Survival blanket Couverture de survie	1
33)		Thermos 1L	1
34)		Mobile phone + portable batterie Téléphone mobile + batterie portable	1

35)		Lighters & waterproof matches Briquet et allumettes étanches	2
36)		Insulated bottle 1L with a wide mouth Gourde à large ouverture + isolant	1
37)		Toilet paper + tiny hand sanitizer in a waterproof bag Papier toilette + gel hydro-alcoolique pour les mains dans un sac Ziploc	1
ACTIVITY (SKI)			
38)		Ski touring boots Bottes de ski de randonnée	1
39)		Pair of ski touring + skins Paire de ski de randonnée + peaux	1
40)		Pair of back country poles Paire de bâtons de marche	1
41)		Ski helmet Casque de ski	1

OPTIONAL EQUIPMENT

42)		Multi-tools Couteau multi-outils	1
43)		Silk or polar liner Sac à viande chaud et léger	1
44)		Camera / Gopro Appareil photo / Gopro	1
45)		Pen + notebook Rite in the Rain Crayon + bloc note impermeable (Rite in the Rain)	1
46)		Expedition down-filled booty + cover <i>Ex : https://en.aventurenordique.com/exped-camp-booty.html</i> Chaussons en duvet + protection	1
47)		Mini solar panel Mini panneau solaire	1
48)		Windproof & waterproof gloves Sur-gants imperméable (protection pluie et froid)	1
49)		Pair of wool gloves (keep you warm even wet) Paire de gants en laine (vous maintient au chaud même humide)	1

(end)