

Équipement à prévoir pour votre séjour :

Prévoir un système multicouche :

- La couche de base (à même la peau)

Sous vêtement chaud complets (collant et haut à manche longue si possible)

- La couche intermédiaire

Un pull polaire épais par exemple.

- La couche extérieure

Une veste chaude et coupe-vent de type veste de ski ou doudoune.

Liste des vêtements conseillés:

- Des paires de chaussettes en laine ou chaussette de ski (ample)
- Une veste chaude (veste de ski chaude ou doudoune)
- Un pantalon ou combinaison de ski
- Des pulls chauds.
- Des sous-vêtements haut et bas qui sèchent rapidement.
- Une paire de gants en polaire ou laine
- Une paire de moufle chaude
- Bonnet ou chapka
- Cache-nez ou passe-montagne
- Écharpe
- Un maillot de bain pour le sauna.
- Une serviette (sauna)

Équipement à prévoir

- Une trousse de pharmacie personnelle
- Vaseline ou crème hydratante sans eau pour éviter le gel de la peau
- Une lampe frontale
- Une gourde
- Un sac à dos



<http://laponie-finlande-wolftrail.com>